The Mastery Manual (Gujarati) (1) (Gujarati Edition)

Sharma, Robin

VISIT...

LANZAROTE Caliente.com

આખી દુનિયામાં રોબીન શર્માના ૧૨ મિલીયન પુસ્તકો વેંચાયાં છે

રોબિન શર્મા

દુનિયામાં પ્રથમવખત પ્રકાશિત !

ભાગ્ય તમારી મુઠ્ઠીમાં

The **Mastery Manual**

NOW IN GUJARATI

વ્યક્તિગત તથા વ્યવસાયિક શ્રેષ્ઠતા માટે જીવન બદલી નાખતી માર્ગદર્શિકા

JAICO

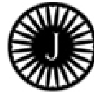
ભાગ્ય
તમારી મુઠ્ઠીમાં

વ્યક્તિગત તથા વ્યાવસાયિક શ્રેષ્ઠતા
માટે જીવન બદલી નાખતી માર્ગદર્શિકા



The Mastery Manual

રોબીન શર્મા



જયકો પબ્લીશીંગ હાઊસ
અમદાવાદ, બેંગ્લોર, ભોપાલ, ભુબનેસ્વર ચેન્નાઇ,
દિલ્હી, હૈદરાબાદ, કોલકત્તા, લખનૌ મુંબઇ

પ્રકાશક
જયકો પબ્લિશીંગ હાઉસ
એ-2, જશ ચેંબર્સ, 7-એ સર ફિરોઝશાહ મહેતા રોડ,
ફોર્ટ, મુંબઈ - 400 001.
jaicopub@jaicobooks.com
www.jaicobooks.com

શર્મા લીડરશીપ ઇન્ટરનેશનલ ઇન્ક. (મંડળ)
૯૨, સ્કોલાર્ડ સ્ટ્રીટ, બીજો માળે.
ટોરન્ટો, કેનેડાના સહયોગથી,

THE MASTERY MANUAL
ભાગ્ય તમારી મુટ્ઠીમાં
ISBN 978-81-8495-808-9

અનુવાદ : સ્વાતિ વસાવડા

પહેલી જયકો આવૃત્ત : 2015

અનુક્રમણિકા

૧
હવે સંપૂર્ણતા સાથે જીવો



ઘણા બધા માણસો શ્રેષ્ઠ રીતે જીવવાનું મોકૂફ રાખે છે. આપણે કહીએ છીએ કે જ્યારે આપણી પાસે વધારે સમય હશે અથવા આપણને વ્યસ્ત રાખતા પ્રોજેક્ટ્સ પૂરા થઈ જશે ત્યારે આપણે આપણું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવશું. આપણે આપણી આસપાસના લોકોને કહીએ છીએ કે જ્યારે બીજી બાબતો ધીમી પડી જશે ત્યારે આપણે વધારે પ્રેમાળ, વધારે મોહક થશું. આપણે પોતાની જાતને વચન આપીએ છીએ કે જ્યારે આપણી પાસે થોડોક વધારે સમય હશે ત્યારે આપણે વિશ્વસ્તરીય શારીરિક પરિસ્થિતિ જાળવશું અને વધુ આરોગ્યપ્રદ આહાર લઈશું. છતાં, આપણી અંદરનાં ઉંડાણમાં, આપણે દરેકે દરેક વ્યક્તિ જાણીએ છીએ કે આપણું સૌથી શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવા માટે આપણી પાસે ક્યારેય અત્યારે છે તેના કરતાં વધારે સારો સમય નહીં હોય અને જો આજે નહીં જીવી લઈએ તો પછી ક્યારે ?

આપણામાંના મોટાભાગના લોકો એવી રીતે જીવે છે જાણે આપણી પાસે દુનિયાનો બધો સમય પડ્યો હોય. આપણે આપણાં ઉચ્ચતમ તથા સર્વશ્રેષ્ઠ સુધી પહોંચવા માટે જીવવાનું બાજુ પર મૂકી દઈએ છીએ અને છતાં, દિવસો અઠવાડિયાંઓમાં, અને અઠવાડિયાંઓ મહિનાઓમાં અને મહિનાઓ વર્ષોમાં સરતા જાય છે. તમને ખ્યાલ પણ આવે તે પહેલાં, તમારું જીવન પૂરું થઈ ગયું હશે અને મોટાભાગના લોકો, જ્યારે તેઓ તેમની મરણ પથારીએ હોય ત્યારે તેમને આ એક જ પસ્તાવો હોય છે : કે તેમણે પૂરતાં જોખમો ન ઉઠાવ્યાં, કે તેમને તેમની સર્વોચ્ચ અંગત શક્તિનો ખ્યાલ ન આવ્યો અને કે તેમણે વધારે પ્રેમ ન આપ્યો.

કોઈ વધારાના દિવસો મળતા નથી. કોઈ દિવસો અર્થવિહીન નથી હોતા. આ જ એ દિવસ છે જ્યારે તમે કંઈક વધારે ઉચ્ચ માટે ઊભા થવાનું અને તમે હંમેશાં જેવા હોવા માટે તમારા હૃદયથી ઇચ્છ્યું છે તેવી વ્યક્તિ બનવાની પસંદગી કરી શકો છો. આજે જ એ દિવસ છે જ્યારે તમે વખાણવા લાયક શારીરિક આરોગ્ય મેળવવાનો અથવા કાર્યસ્થળે એક પ્રમાણિક આગેવાન બનવાનો અથવા એક મનુષ્ય તરીકે વધારે વિશ્વાસપાત્ર બનવાનો અથવા વધારે જોખમો ઉઠાવવાનો તથા તમારા ડરનો સામનો કરવાનો નિર્ણય લઈ શકો છો. મારે માટે, નેતૃત્વનો અર્થ આ જ છે. દરેક ક્ષણને ઝૂંટવી લેવી અને એક મનુષ્ય માટે શેનું સર્જન કરવાનું શક્ય છે તેને માટે અન્યો માટે ઉદાહરણરૂપ જીવન જીવવું. તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન કેવું લાગશે તેના વિશે વિચાર્યા કરો. હું મારાં વ્યાખ્યાનો તથા વર્કશોપ્સમાં કહું છું તેમ : “વધુ સારી સભાનતા સાથે તમે વધુ સારી પસંદગીઓ કરી શકો અને જ્યારે તમે વધુ સારી પસંદગીઓ કરો, ત્યારે તમે વધુ સારાં પરિણામો મેળવશો.”

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“તમે પાણીમાં પડવાથી ડૂબી જતા નથી : તમે તેમાં પડ્યા રહેવાથી ડૂબી જાવ છો.”
– એડવીન લુઇસ કોલે

“એક ઊંચી ટેકરી ચડ્યા પછી, માણસને માત્ર એટલી જ ખબર પડે છે કે હજી બીજી ઘણી ટેકરીઓ ચડવાની છે. હું વિરામ લેવા માટે, મારી ફરતે આવેલી ભવ્ય કેડીઓનું દૃશ્ય

મનમાં ભરી લેવા માટે, હું જે અંતર પાર કરીને આવ્યો છું તેના તરફ પાછું વાળીને જોવા માટે, એક ક્ષણ ઊભો રહ્યો છું. પરંતુ હું માત્ર ક્ષણ પૂરતો જ વિરામ લઈ શકું, કારણ કે આઝાદી સાથે જવાબદારીઓ આવે છે, અને મારે વિલંબ કરવાની હિંમત ન કરવી જોઈએ, કારણ કે મારી લાંબી યાત્રાનો હજી અંત નથી આવ્યો."

– નેલ્સન માંડેલા

"જો તમે જેટલી તેજસ્વીતાથી ઝળહળવા માટે નિર્મિત થયા છો તેટલી તેજસ્વીતા દર્શાવતા નથી તો તમે માત્ર તમારી જાતનો જ વિશ્વાસઘાત નથી કરતા - પરંતુ તેને કારણે દુનિયા પણ જેવું સ્થળ બનવી જોઈએ તેમાં જરાક ઊણી રહી જાય છે."

– રોબીન શર્મા

વ્યક્તિગત મહાનતા પ્રાપ્ત કરવાની ૬ રીતો

૧.તમારાં વ્યાવસાયિક તેમજ વ્યક્તિગત જીવન માટે એક ૨૦ વર્ષનું આયોજન લખી લો. મહાન કંપનીઓ એ બાબતની ખાતરી કરે છે કે તેમનું સંચાલન એક સારી રીતે વિચારેલ ધ્યેય, દૃષ્ટિ તથા મુલ્ય નિરૂપણ વડે થાય. તમારાં સૌથી મહત્વનાં મુલ્યોના નિરૂપણ સાથેનું સ્પષ્ટ આયોજન તમને વધારે ડહાપણપૂર્વકની પસંદગીઓ કરવા દેશે જે તમને ઓછી નિષ્ફળતા તરફ દોરી જશે.

૨.વિચારવામાં વધારે સમય ગાળો. ભારતની સૌથી સફળ આઈ.ટી. કંપનીઓ પૈકીની એક મારી ગ્રાહક છે. તેમની માર્ગદર્શક ફીલોસોફીઓ પૈકીની એક છે તેમના જુથના સભ્યોને તેમના સમયનો ૧/૩ સમય ચિંતનમાં વિતાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા. સૌથી કાર્યક્ષમ માણસો અન્યો કરતાં વધારે વિચારે છે. તમારું જીવન કેવું ચિત્ર રજુ કરે તેમ તમે ઇચ્છો છો તે વિશે વિચારો. તમે કેવી રીતે વધારે મુલ્ય સર્જી શકો તે વિશે વિચારો. તમારા જીવનમાં કઈ વસ્તુ કામ નથી કરતી તે વિશે વિચારો જેથી તમે તેમાં ફેરફાર કરી શકો.

૩.સમતોલ રહો. તમારાં કામ અને તમારાં અંગત જીવન વચ્ચે સમતોલન જાળવવું સહેલું નથી. તે એક રોજીંદો પડકાર છે. પરંતુ તેના પર કાર્ય કરવાથી, તમારું જીવન ઘણી વધારે સારી રીતે કાર્ય કરશે. કસરત માટેનો સમય નિર્ધારિત કરો. તમારો પરિવાર તથા મિત્રો તેમને માટે યોગ્ય છે તેવી પ્રાથમિકતા મેળવે તેનું ધ્યાન રાખો. તમારે પોતાને માટે થોડો સમય ફાળવો કારણ કે જ્યારે તમને સારું લાગતું હોય ત્યારે તમે તમારી આસપાસનાં લોકો માટે તમે સકારાત્મક ઊર્જાનો સ્રોત બનશો.

૪.ગણતરીપૂર્વકનાં જોખમ ઉઠાવો. દર સાત દિવસે કંઈક એવું કરો જે તમને અસ્વસ્થતાનો અનુભવ કરાવે. જે વસ્તુ કરવાનો તમને ડર લાગતો હોય તેજ વસ્તુ તમારે સૌથી પહેલાં કરવી જોઈએ. યાદ રાખો, તમારા ડરની બીજી બાજુએ જ તમારો વિકાસ રહેલો છે.

૫.વધારે પ્રેમાળ બનો. જેઓ સચ્ચાઈપૂર્વક બોલવાથી ડરતા નથી અને જેઓ માયાળુપણું દર્શાવે છે તેવા વિશ્વાસપાત્ર આગેવાનો વડે મહાન જુથો બનાવાય છે. તે નબળાઈની નિશાની નથી, તે મજબૂતાઈની નિશાની છે. તમારી આજુબાજુના બધા માટે પ્રેમાળ, નમ્ર અને કરુણામય બનો. તેનો અર્થ એવો નથી કે જ્યારે તમારે જરૂરી હોય ત્યારે પણ અઘરા નિર્ણયો ન લેવા. તમે તમારાં જીવનમાં તમારી વધારે કરુણા લઈ આવો તેવો તેનો ખરો અર્થ થાય છે.

૬.બધા કરતાં અલગ બનો. વ્યાખ્યા મુજબ, નેતાઓ ટોળાંને નથી અનુસરતા. તમારી

પોતાની શરતો પર જીવન જીવો. જે તમારે માટે પરમ સત્યો હોય તેવાં મુલ્યોનું સાંભળો. સર્જનાત્મક બનો. આદર્શવાદી બનો.

તમારી પ્રતિષ્ઠાનું મુલ્ય

એક વખત મને મારા પિતાએ કહ્યું હતું કે તમારી પ્રતિષ્ઠા ઘડાતાં ૩૦ વર્ષ લાગે છે અને છતાં તે માત્ર ૩૦ ક્ષણોમાં ગુમાવી બેસાય છે. હું ખરેખર માનું છું કે ઘણી ઓછી બાબતો તમારી સારી આબરૂ જેટલી મહત્વની છે. તમારા ફોનના પ્રત્યુત્તરમાં આવતા ફોનનું તમે મુલ્ય ન આંકી શકો અને છતાં, આજે પૃથ્વી પરના ઘણા બધા લોકો ટુંકાગાળાની વિચારસરણીથી પીડાય છે. ઝડપી જીત મેળવવા માટે તેઓ સ્વાર્થી બની જાય છે. પરંતુ વ્યાપારની સફળતા એ સંબંધોની સફળતા પર છે અને તેને સમય લાગે છે. ઓછું કહીને વધારે આપીને, તમે જે શરૂ કર્યું છે તે પૂરું કરીને, એક સારા શ્રોતા બનીને તથા તમારા ગ્રાહકો માટે ઉચ્ચતર મુલ્યો આપીને તમે તેમનો વિશ્વાસ તેમજ આદર જીતશો. તમારી તે વ્યક્તિગત બ્રાન્ડ તમારી પ્રતિષ્ઠાને આગળ વધારશે. તમારી આબરૂનું તમારી સૌથી પ્રિય મિલકત તરીકે રક્ષણ કરો. નિષ્પાપપણે પ્રમાણિક રહો અને તમે જેને માટે આગળ આવો છો તેને કલંક લગાડે તેવું કંઈજ ન કરો. આ બાબત વ્યાપારમાં લાંબી કારકિર્દી તરફ તેમજ એક ખૂબ જ પરિપૂર્ણ જીવન તરફ દોરી જશે.

૨

કઇ વસ્તુ એલીટ પર્ફોર્મર (ચુનંદા દેખાવકર્તા) બનાવે છે ?



ગયા અઠવાડિયે મેં ફોર્ચ્યુન ૫૦૦ સંસ્થાઓ, સરકારી એજન્સીઓ તથા અૌદ્યોગિક સાહસોનું પ્રતિનિધીત્વ કરતા વરિષ્ઠ કાર્યપાલકોનાં એક જુથ સાથે સુંદર રીતે પ્રેરણાત્મક બે દિવસો વિતાવ્યા. તેઓ મેં વ્યાપાર સાથે સંકળાયેલા લોકોને તેમના વ્યાવસાયિક તેમજ અંગત જીવનને સફળતા તથા મહત્તાનાં સંપૂર્ણ નવાં સ્તર સુધી ઉપર લાવવામાં મદદ કરવા માટે લગભગ એક વર્ષ પહેલાં બનાવેલા ધ એલીટ પર્ફોર્મર્સ સીરીઝ (ઇપીએસ)માં ભાગ લેવા માટે ટોરન્ટોની હોટેલના એક કોન્ફરન્સ રૂમમાં એકઠા થયા હતા. એ સેમીનાર રૂમની અંદર એ બે દિવસમાં મેં જે સફળતાઓ જોઈ તેણે મને ખૂબ જ વિચલિત કરી દીધો. તેણે મારી માન્યતાને પુષ્ટી આપી કે આપણામાંની દરેકે દરેક વ્યક્તિની અંદર મહાનતા પડેલી છે - માત્ર તેના સુધી પહોંચવા માટે તથા પછી તેને ઝળહળવા દેવા માટે કેટલીક વાર આપણને માત્ર સુરક્ષિત વાતાવરણની જ જરૂર હોય છે.

જેમ જેમ હું કાર્યક્રમમાં ભાગ લેનારાઓને જાણવા લાગ્યો તેમ મને એ વધારે સ્પષ્ટ થવા લાગ્યું કે આપણામાંના દરેક ઘણા સમાન સંઘર્ષોનો સામનો કરે છે. આપણે બધા જ આપણાં જીવનમાં વધારે મોટો અર્થ શોધવા ઇચ્છીએ છીએ. આપણા દરેકનાં અમુક સ્વપ્નો છે જે આપણે પરિપૂર્ણ કરવા ઇચ્છીએ છીએ. આપણા દરેકના અમુક ભય છે જે આપણને બાંધી રાખે છે. મને એ પણ સ્પષ્ટ થયું કે જ્યારે આપણે આપણાં કામમાં અને આપણી અંગત જિંદગીમાં શ્રેષ્ઠ દેખાવ નથી કરતા ત્યારે આપણે માત્ર આપણો પોતાનો જ વિશ્વાસઘાત નથી કરતા - આપણે જેમની સાથે કામ કરીએ છીએ તે લોકોની તેમજ જે લોકોને આપણી ભવ્યતાનો એક અંશ મેળવવા તક આપણે આપીએ છીએ તેમની પણ અવગણના કરીએ છીએ. ખરેખર, જો આપણે દરેક આપણાં ધોરણો ઉપર ન લાવીએ અને આપણે જે બનવા ઇચ્છીએ છીએ તેવું આપણા હૃદયમાં જાણીએ છીએ તેવી વ્યક્તિ ન બનીએ તો પૃથ્વી બનવી જોઈએ તેવી બની નહીં શકે.

તમારા લાભ માટે, મેં કઈ બાબત તમને એલીટ પર્ફોમર બનાવે છે તેના પર થોડા વિચારો તારવ્યા છે અને તે હું તમને તમારા પ્રત્યાઘાતો જોવા માટે આપું છું.

૧. એલીટ પર્ફોર્મર શિકાર થવાની સામે વિજેતા બનવાની રમત રમે છે. હું એક એક્ઝીક્યુટીવ કોચ, વક્તા તથા વ્યવસ્થાપન સલાહકાર તરીકે ઘણી જુદા જુદા પ્રકારની સંસ્થાઓ સાથે કામ કરવા માટે આખી દુનિયામાં ફરતો હોઉં છું તેથી, હું એવી ઘણી કોર્પોરેટ સંસ્કૃતિઓ જોઉં છું જ્યાં વ્યક્તિગત જવાબદારીને સંપૂર્ણપણે નકારવામાં આવે છે. તંત્રની અંદર જે વસ્તુ-બાબત કામ ન આપતી હોય તેને માટે લોકો બીજાને દોષ આપે છે. જે વસ્તુ અવળી પડી હોય તેને માટે લોકો તેમની આસપાસના માણસો તરફ આંગળી ચીંધી દે છે. પરંતુ હું મારાં પુસ્તકમાં કહું છું તેમ, “જે સાધુએ તેની ફરારી વેંચી દીધી તેની પાસેથી મળતું નેતૃત્વનું જ્ઞાન”. “અન્ય પર દોષારોપણ કરવું તે તમારી પોતાની જાતને દરગુજર કરવા કરતાં વધારે કંઈ જ નથી.” આપણા દરેકમાં પરિણામો બનાવવાની તાકાત છે. એક વ્યક્તિ તેના પ્રભાવ હેઠળનાં ક્ષેત્રની અંદર ફેરફાર કરીને એક કોર્પોરેટ કલ્ચરને બદલી શકે છે. એક વ્યક્તિ નવી રીતે

વર્તવાનું શરૂ કરી શકે છે જે તેની આસપાસના લોકોને તેવું જ કરવા તરફ લઈ જશે. આ રીતે, એક જુથ બદલાઈ શકે, જે એક સંસ્કૃતિ બદલવા પર પ્રભાવ પાડી શકે, જે એક તંત્રને ધરમૂળથી બદલી નાખે. જો તમારા વ્યવસાયની અંદર કંઈક બરાબર કામ નથી આપતું તો તમે જે ફેરફારો જોવા ઇચ્છો છો તેના પર અસર પાડવા માટે તમારી શક્તિનો ઉપયોગ કરો.

૨. એલીટ પર્ફોર્મર્સ જે લાયક છે તે બાબત પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. મોટાભાગના લોકો બધા લોકો માટે બધું જ બનવાનો પ્રયત્ન કરે છે અને તેમ કરવામાં કંઈ જ પ્રાપ્ત કરતા નથી. એલીટ પર્ફોર્મર્સનું ધ્યાન તેમની સર્વોચ્ચ પ્રાથમિકતાઓ પર લેસરની જેમ કેન્દ્રિત હોય છે અને તેમનામાં તેમના સમયના શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ માટેની પૂર્ણ સભાનતા હોય છે. હકીકતમાં, તેઓ તેમનું સમગ્ર જીવન તેમનાં રોકાણ પર મહત્તમ વળતર આપે તેવી પ્રવૃત્તિઓની આસપાસ ઘડે છે. તેઓ ના કહી શકવામાં પાવરધા હોય છે. તેમને તેમનું શ્રેષ્ઠ પ્રદર્શન કરવા માટે તથા સૌથી વધારે કામ આવનાર થવા માટે તેમણે આખા દિવસ દરમિયાન શું કરવું જરૂરી છે તે વિશે તેમના આયોજન કરવાના તથા વ્યુહાત્મક રીતે વિચાર કરવાના "પવિત્ર કલાક" દરમિયાન તેમનો દરરોજ સવારનો સમય વિતાવે છે.

૩. એલીટ પર્ફોર્મર્સ તેમનાં સત્ય મુજબ જીવે છે. અત્યારે આ જ ક્ષણે, જ્યારે તમે આ પુસ્તક વાંચી રહ્યા છો ત્યારે, તમે તમારાં હૃદયનાં ઉંડાણમાં જાણો છો કે વિશ્વસનિયતાપૂર્વક જીવવા માટે તમારી વ્યાવસાયિક તેમજ અંગત જીંદગી કેવી દેખાવી જરૂરી છે. આ ક્ષણે જ તમારું હૃદય જાણે છે કે યોગ્ય શું છે. એલીટ પર્ફોર્મર્સે તેમના સંયોજનાત્મક સિધ્ધાંતોની સાથે સાથે તેમની અંગત ફીલોસોફીઓ પણ સ્પષ્ટ કરી રાખી હોય છે અને તેમના જીવનના દરેકે દરેક દિવસે તે વિચારધારા મુજબ જીવવાની હિંમત ધરાવતા હોય છે. આ બાબત તેમને ખૂબ જ શક્તિ આપે છે અને તેમના આત્મવિશ્વાસનું સ્તર અસામાન્યપણે વધારે છે કારણ કે તેઓ સભાન છે કે તેઓ તેમના પોતાના તરફ સાચા છે - પ્રમાણિક છે.

૪. એલીટ પર્ફોર્મર્સ માનવ સંપર્કો ઘડે છે. વ્યાપાર એ સંબંધોની બાબત છે. તમારા જુથના સાથીઓ સાથે, તમારા સપ્લાયરો સાથે તથા તમારા ગ્રાહકો સાથે ભાવનાત્મક સંબંધો ઘડવા કરતાં વધારે મહત્વનું કંઈ જ નથી. ઘણાં તંત્રો જે ખોટી રીતે માને છે તેમ આજની માર્કેટમાં "શેર ઓફ વોલેટ" માટેની હરીફાઈ નથી. તમારા સંબંધોમાં સંપૂર્ણ ખરા ઉતરો. વર્ષગાંઠ યાદ રાખવા માટે તથા દર અઠવાડિયે આભાર માનતી તમારા પોતાના હાથે લખેલ નોંધ લખવા માટે સમય કાઢો. લોકોને દર્શાવો કે તમે કાળજી લો છો. તમારું હૃદય તેમના તરફ ખુલ્લું કરો અને તેઓ તમને તેમની વફાદારી તેમજ તેમના પ્રેમ વડે બદલો આપશે.

૫. એલીટ પર્ફોર્મર્સ અદ્‌ભૂત મુલ્યો ઉમેરે છે. હું સાચા અર્થમાં માનું છું કે આજના માર્કેટ સ્થળમાં આપણે જેટલું મુલ્ય ઉમેરીએ તે મુજબ આપણે બદલો મળે છે. જો તમે વધારે વળતર મેળવવા ઇચ્છતા હો, તો વધારે મુલ્યો ઉમેરો. તમારા ગ્રાહકોને તેમને આશા કરવાનો અધિકાર હોય તેના કરતાં પણ વધારે મુલ્યો આપો. હંમેશાં ઓછાનું વચન આપીને વધારે આપો. જેમની સાથે તમને વ્યાપાર કરવાનો વિશેષાધિકાર મળ્યો છે તેમને માટે તમે શું કરી શકો તેના પર વિચારવા માટે રાત્રે મોડે સુધી જાગતા રહો અને તેમને તેમનાં સ્વપ્નો પરિપૂર્ણ કરવામાં મદદ કરો. તમારી કારકીર્દિ ઝળહળી ઉઠશે.

૬. એલીટ પર્ફોર્મર્સ શ્રેષ્ઠતાને સમર્પિત હોય છે. ૨ દિવસના એલીટ પર્ફોર્મર્સ સીરીઝ કાર્યક્રમ દરમિયાન મેં સૂચક રીતે જેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું તેવી બાબતો પૈકીની એક એ હતી જે કોઈ પણ કર્મચારીને તેઓ જે કરે છે તે બધામાં ખરેખર શ્રેષ્ઠ બનવા માટે મદદગાર સાબિત

થઈ છે. મારા માટે "શ્રેષ્ઠતા"એ ઘણો જ સુંદર શબ્દ છે. એલીટ પર્ફોર્મર્સ સતતપણે તેમને પોતાને નીચેનો પ્રશ્ન પૂછતા રહે છે : "શું હું જે રીતે દેખાઈ રહ્યો છું તે સાચા અર્થમાં શ્રેષ્ઠ છે અને શું તે એવા કોઈકનાં પ્રતિબિંબરૂપ છે જે વિશ્વસ્તરીય ધોરણ પર કામ કરે છે ?" આપણે એ દુનિયામાં વસીએ છીએ જ્યાં સામાન્ય કક્ષાએ ધારાધોરણ છે. જ્યારે તમે જે રીતે વિચારો છો તે રીતે શ્રેષ્ઠ થવા માટે અને તે રીતે વર્તવા માટે તમારી જાતને સમર્પિત કરી દેવાનો સાચા અર્થમાં નિર્ણય કરો છો ત્યારે તમે ભરચક માર્કેટમાં પણ જુદા તરી આવો છો. તમે સાચું નેતૃત્વ પ્રદર્શિત કરો છો.

૭. એલીટ પર્ફોર્મર્સ પોતાની અંદર ઉંડા ઉતરે છે. તમે ન બદલાવ ત્યાં સુધી કંઈ જ બદલાતું નથી. આપણે અતિશય કેન્દ્રિત દુનિયામાં વસીએ છીએ જ્યાં આપણે એવી ધારણા રાખીએ છીએ કે જ્યારે આપણે વધારે પૈસા બનાવીએ અથવા વધારે સારી કાર લઈએ અથવા વધારે મોભો પ્રાપ્ત કરીએ ત્યારે આપણું જીવન બદલાઈ જશે. અને છતાં, જ્યારે આપણે આ વસ્તુઓ મેળવીએ ત્યારે આપણે ખાલી અને અપરિપૂર્ણ જ હોઈએ છીએ. આંતરિક સફળતા વડે સાચી સફળતા આવે છે. તમે સાચા અર્થમાં શું છો તે જાણવામાં તમારી જાતને સમર્પિત કરી દો. તમારી તેજસ્વીતા સાથે, બુધ્ધી સાથે ફરી જોડાવ. તમારા ડર તરફ ડગલાં ભરો. તમારા જીવનની ગુણવત્તાનું અને તે શેને માટે કામ કરે તેવું તમે ઇચ્છો છો તેનું મુલ્યાંકન કરો. તમને મર્યાદિત કરતી માન્યતાઓ પર પ્રકાશ પાડો અને તે તમે ક્યાંથી ઉઠાવી છે તે શોધો. તમે તમારી જાતમાં જે શ્રેષ્ઠ રોકાણ કરશો તે તમે ક્યારેય કરેલું શ્રેષ્ઠ રોકાણ હશે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"તમારા બધા જ નીતિમત્તાભર્યા ફેંસલાઓને પ્રોત્સાહિત કરો અને જ્યારે પણ તક ઊભી થાય ત્યારે તેને કામે લગાડો. એ વાતની ખાતરી કરો કે જેવી રીતે શરીરના પગને કસરત આપવાથી તે મજબૂતાઈ મેળવે છે અને આ કસરત જ તેને તેમ કર્યા કરવાની આદત પાડશે."

– થોમસ જેફરસન

"આપણે હંમેશાં જીવવા માટે તૈયાર થઈએ છીએ, પરંતુ ક્યારેય જીવતા નથી."

– રાલ્ફ વાલ્દો એમર્સન

"આત્મ પ્રેમ એ માત્ર જરૂરિયાત અને સારો જ નથી, તે અન્યોને પ્રેમ કરવા માટેની પૂર્વાપેક્ષા છે."

– રોલો મે

"આજે થોડાક વધારે નીડર બનો. થોડાક વધારે ઉપર પહોંચો. થોડાક વધારે દયાળુ બનો. વધુ મોટા સ્વપ્નદૃષ્ટા બનો."

– રોબીન શર્મા

એક રોજનીશી શા માટે રાખવી ?

કેટલાંક આચરણો પૈકીનું એક, જેણે મારું પોતાનું જીવન બદલી નાખ્યું તે છે રોજનીશી લખવાની નિયમિત આદત. મારાં વ્યાખ્યાનોમાં તથા મારા કોચીંગ કાર્યક્રમોમાં હું ભાગ લેનારાઓને મનુષ્ય તરીકે તેમની સૌથી મોટો ભાગ ભજવવાના પ્રયાસમાં રોજનીશી લખવા માટે પ્રોત્સાહિત કરું છું તેમજ પડકારું છું. વ્યક્તિગત શોધ તથા એલીટ પર્ફોર્મર્સ માટે શા માટે રોજનીશી લખવી તે એક શક્તિશાળી સાધન છે તેના વિશેના મારા કેટલાક વિચારો રજૂ કરું છું.

૧. રોજનીશી લખવી તે તમને અસ્પષ્ટ રીતે વિચારવાની અને પછી તેને સચોટ ભાષામાં તારવવાની છૂટ આપે છે. શું તમને યાદ છે કે જ્યારે તમે શાળામાં હતા ત્યારે તમને લાગતું હતું કે તમે પરીક્ષા વિશેની સામગ્રી વિશે જાણો છો અને પછી જ્યારે એક અભ્યાસ જુથને મળ્યા ત્યારે તેમની સાથે તે સામગ્રી વિશે ચર્ચા કર્યા પછી તમને ખ્યાલ આવ્યો કે તમારી સમજણમાં છીંડાં હતાં ? કોઈક બાબત વિશે વાતચીત કરવી તે તમને તમારા વિચારો વિશે ચોક્કસ ભાષા શોધવાનું દબાણ કરે છે. રોજનીશી લખવી તે તમારું તમારી જાત સાથેનું સંભાષણ છે. તમે જેટલું વધારે લખો તેટલી તમે તમારા વિચારોને વધુ સ્પષ્ટતાથી ઘડો છો. આ બાબત તમારાં જીવનમાં ઘણી જ સ્પષ્ટતા લાવે છે. વધારે સ્પષ્ટતા આવવાથી તમે નવા ફેરફારો સર્જવા માટે જરૂરી નવી પસંદગીઓ કરી શકો છો.

૨. રોજનીશી લખવી તે તમને ન અનુભવાયેલ લાગણીઓ દ્વારા પ્રક્રિયા કરવાના સ્થાનની છૂટ આપે છે. મારા કામમાં, હું એવું સમજ્યો છું કે મોટાભાગના લોકોમાં ન અનુભવાયેલ ગુસ્સાનો ઘણો મોટોભાગ હોય છે જે તેમની અંદર વસે છે (અન્ય ઘણા સુષુપ્ત ભાવનાત્મક સામાનની સાથે સાથે). ન અનુભવાયેલ લાગણીઓ, મોટેભાગે અર્ધચેતન સ્તરે, આપણી રોજીંદી પસંદગીઓ પર અસર કરે છે. ઘણા લોકો અંગત જવાબદારીઓ વિશે ધારી લેવાને બદલે તથા તેઓ શા માટે આ રીતે વર્તન કરે છે તેનાં ઊંડાં કારણો શોધવાને બદલે, અન્ય લોકો પર દોષારોપણ કરીને વધારે પડતા આક્રમણકારી અથવા પીડા આપનાર રીતે કાર્ય કરે છે. એક રોજનીશીમાં લખી લેવું તે તમારી જીવનયાત્રાની સાથે સાથે તમે કદાચ જે ટકાવી રાખી હોય તેવી ન અનુભવાયેલ પીડાઓ અથવા ઉદાસી અથવા ક્રોધ પર તમને પ્રક્રિયા કરવાની છૂટ આપે છે. તે તમને હળવા બનાવે છે અને તમને વ્યાવસાયિક રીતે તેમજ વ્યક્તિગત બંને રીતે તમને વધારે સારી પસંદગી કરવાની તથા વધારે મુક્તિ શોધવાની છૂટ આપે છે.

૩. એક રોજનીશીમાં લખવું તે તમને તમારાં સ્વપ્નોની નોંધ રખાવે છે. સ્વપ્નો આશાવાદીપણું સર્જે છે. તમે તમારાં સ્વપ્નો તથા તમારાં હૃદયની આકાંક્ષાઓ સાથે જેટલા વધારે આત્મીય બની શકો તેટલી તમે તમારા દિવસોમાં વધારે પ્રેરણા લાવી શકો. આ સકારાત્મક ઊર્જા ઊભી કરે છે, જે જીવનમાં વધુ સમૃદ્ધ અનુભવ સર્જે છે.

૪. એક રોજનીશી લખવી તે તમારી સમજણને વધુ ઉંડી બનાવે છે. કંઈક લખી લેવાની માત્ર ક્રિયા જ તમને શીખવાનાં વધુ અસરકારક સંકલનની છૂટ આપે છે. જ્યારે તમે એક સેમીનારમાં જાવ અને ત્યાં નોંધ ઉતારો ત્યારે તમે નોંધ ન ઉતારી હોય ત્યારે યાદ રહ્યું હોય તેના કરતાં નોંધી લીધેલું વધારે "ચોંટડૂક" બનશે. તેવી જ રીતે, રોજનીશી લખવી તે તમને જીવનમાંથી શીખવા દેશે. તે તમારા દિવસોને તમારે માટે કામ કરવા દેશે. તમે દરરોજ વધુ શાણા બનો છે.

૫. રોજનીશી લખવી તે સમર્પિતતાને વધુ ગહન બનાવે છે. જે બને તે લખી લેવાની ક્રિયા જ તમારા જીવનમાં સારી વસ્તુઓ બનતી કરવાની તમારી પ્રતિજ્ઞાને વધુ ઉંડી બનાવે છે. આજે જ તેનો પ્રયાસ કરો. તમે કેવો દિવસ બનાવવા ઇચ્છો છો તેના વિશે તથા એક શ્રેષ્ઠ દિવસ બનાવવા માટે તમે જે પસંદગીઓને સમર્પિત છો તે લખી લેવા માટે ૧૫ મિનિટ રાખો. આ સાદી ક્રિયા જ તમને દિવસના બાકીના કલાકો તમે જે પ્રતિક્રિયાત્મક જીવન જીવશો તેને બદલે તમને ઘણા વધારે સક્રિય બનવા દેશે.

૩
સફળતા માટેનો સમતોલ નમુનો



મેં મારાં જીવનમાં ખરી સફળતાનો સમતોલ નમુનો શોધવા માટે સંઘર્ષ કર્યો છે. કેટલીક વખત મેં એક આગ ઝરતી મીસાઇલના સમગ્ર ધક્કા સાથે મારાં લક્ષ્યો તથા હૃદયની આકાંક્ષાઓનો પીછો કર્યો છે. અન્ય સમયે, મેં એવું પણ વિચાર્યું છે કે મારા ઇરાદાઓ નક્કી કર્યા પછી, જીવનને વધુ જૈવિક રીતે ખૂલવા દઈને વધુ સૌમ્ય રીતે કાર્ય કરવું તે તેમ કરવાની સૌથી ડાહાપણભરી રીત છે. હવે મને લાગે છે કે સફળતા માટે સમતોલ વલણ રાખવું તે જ તેની ચાવી છે. વધારે પડતું મથવું તે તમારા ભાગ્ય પર નિયંત્રણ કરવાનો તથા પરિણામોને ધકેલવાનો પ્રયત્ન કરવા કરતાં વિશેષ કશું જ નથી અને માત્ર તમારા ઇરાદાઓ કહેવા (કદાચ તમારા મિત્રોને કહીને અથવા તેમને કાગળના ટુકડા પર લખી લઈને) તથા તેમને સમર્પિત ક્રિયાઓ વડે આગળ ન વધારવા તે આધ્યાત્મિક ઉદાસીનતા કરતાં વધુ કંઈ જ નથી. (જે ડર પર આધારિત છે.) હું માનું છું કે આપણાં જીવનમાં ખરી સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે વ્યવહારુ તથા આધ્યાત્મિક બંને થવું જરૂરી છે. વ્યવહારુ બાજુએ આપણે આપણા ઇરાદાઓ જાહેર કરીએ, આપણી કલ્પના સ્પષ્ટ કરીએ અને પછી આપણાં સ્વપ્નોને જીવંત બનાવવા માટે પગલાં ભરીએ તે આવશ્યક છે. એક વખત આપણે આ સ્થિતિએથી કામ કર્યું હોય ત્યારે એ પણ આવશ્યક છે કે આપણે આપણાં લક્ષ્યો માટેની પકડ ઢીલી રાખીએ અને એક એવા સ્વીકારની જગ્યાએ ચાલ્યા જઈએ જેમ કે જ્યાં તમે જાણતા હો કે તમે જે ઇચ્છો છો તે બરાબર તમે ઇચ્છો છો તેજ રીતે ન પણ થાય તોપણ જે થાય છે તે શ્રેષ્ઠ માટે જ થાય છે. મને ખરેખર લાગે છે કે આપણા જીવન સાથે એક અકલ્પ્ય સુમેળ છે જે આપણે મોટેભાગે ચૂકી જઈએ છીએ અને આપણા પરિણામો પર નિયંત્રણ કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. પરંતુ જો આપણે આપણાથી થાય તે બધું જ કરીએ, અને વસ્તુઓ આપણા આયોજન મુજબ ન થાય, તો વિશ્વાસ રાખો કે જે કાંઈ પણ બન્યું છે તે તમારાં સર્વોચ્ચ સારાં માટે જ બન્યું છે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"એક ભાવવિહીન, લક્ષ્યહીન, હેતુહીન જીવનનો સ્વીકાર કરી લેવા જેટલું બિનમાફી પાત્ર બીજું કંઈ જ નથી."

– હેલન કેલર.

"આ બ્રહ્માંડની, સર્વોચ્ચ શક્તિ, સર્જનાત્મક બળ, જે બધી વસ્તુઓનું નિર્દેશન કરે છે અને તેનો ઉપયોગ કરે છે, તેને માન આપો. તેવી જ રીતે, તમારે તમારી પોતાની અંદરની સર્વોચ્ચ શક્તિને પણ માન આપવું જોઈએ, કારણ કે તે પણ તેવા જ સર્જનાત્મક પ્રકારની છે. કારણ કે તે જ એ છે જે બાકી રહી ગયેલી તમારી જાતનો ઉપયોગ કરે છે અને તમારાં જીવનને દિશા આપે છે."

– માર્કસ ઓરેલુઇસ

"રોપાયેલાં હોવું તે કદાચ માનવ આત્માની સૌથી મહત્વની તથા છેલ્લામાં છેલ્લી ઓળખાયેલી જરૂરિયાત છે."

– સાયમન વેઇલ.

તમારાં જીવનને સમૃદ્ધતાથી અનુભવવાની ૬ રીતો

૧. તમારા વ્યાપાર સંબંધોમાં તમને જેના માટે ચૂકવવામાં આવે છે તેના કરતાં વધારે મુલ્ય ઉમેરવા માટેની એક અંગત વચનબદ્ધતા કરો.

૨. તમે જે ઇચ્છો છો તે બધાની સતત કલ્પના કરીને તમારી યાદદાસ્તની બહાર જીવવાને બદલે તમારી કલ્પનાની બહાર જીવો.

૩. તમારા પૈસાને આશીર્વાદ બનાવવાની તથા તમે તે જેને આપો તે વ્યક્તિને તે મદદ કરશે તેવી મૌન આશા કરવાની આદત પાડો.

૪. તમારી પૈસાની આસપાસની માન્યતાઓ વિશે રોજનીશી લખી લેવા પાછળ આ અઠવાડિયે એક કલાક ગાળો, જેથી વધુ ધન મેળવવામાં આવતી કોઈ અડચણ કે અવરોધને પાર કરવા માટે તમે તમારી સજાગતા વધારી શકો.

૫. તમારી રોજનીશી-નોંધપોથીમાં તમે જેવું જીવન જીવવા ઇચ્છો છો તેવું જીવન જીવતા અન્ય લોકોની છબીઓને સ્થાન આપો.

૬. તમે જાણતા હો તેવી સૌથી વધારે આપનાર વ્યક્તિ બનો.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો તમે તમારા સૌથી વિશ્વસનીય સ્વરૂપે કામ કરતા હો અને તમારા સર્વોચ્ચ વિઝનની સર્વોચ્ચ આવૃત્તિમાં જીવતા હો તો તમે (તમારું નામ લખો) કેવા લાગશો ?

૨. તમારા સૌથી પીડાદાયક અનુભવોનું મુલ્ય શું છે અને જો તમને તેનાથી ફાયદો ન મળ્યો હોત તો તમારા જીવનમાં શું ખૂટત ?

૩. તમે શેના માટે મૃત્યુ પામવા ઇચ્છશો ?

૪. અત્યારે તમે તમારા જીવનમાં કયા બોધપાઠોનો સૌથી વધારે સામનો કરો છો ?

૫. તમે જેવું જીવન જીવવાનું સ્વપ્ન જોયું હતું તેવું જીવન આ પૃથ્વી પર કોણ જીવે છે અને તેમના જીવન વિશે એવું શું છે જે તમને આટલું ઊંડાણપૂર્વક કહે છે ?

૪
વિશ્વસ્તરીય દેખાવ તરીકે કામ કરો



મને હમણાં ડીવીડી પર સ્લાને કેસલમાં થયેલ યુ-૨ના જીવંત સંગીત સમારોહને નિહાળવાનું સદ્ભાગ્ય મળ્યું. તે એક અવિસ્મરણીય અનુભવ હતો. હું બોનોના જુસ્સાથી પ્રેરિત થયો. જ્યારે એક જુથ તરીકે કાર્ય કરવાની અને જ્યારે ભાગ્યે જ થાય તેવો અનુભવ આપવાની વાત આવે છે ત્યારે હું યુ-૨ની શ્રેષ્ઠતા માટેની સમર્પિતતા વડે પ્રેરિત થયો અને હું જેમને તે સમારોહમાં હાજર રહેવાનો વિશેષાધિકાર મળ્યો હતો તેવા ચાહકો માટે મુલ્ય સર્જવા માટે તથા હૃદય રેડી દઈને વગાડવા માટેના જુથના દરેકે દરેક સભ્યની વિશ્વસનીય વચનબદ્ધતાથી હલી ગયો.

સ્લાને કેસલનું જીવંત પ્રસારણ જોતાં મેં યુ-૨ વિશે એક શ્રેષ્ઠ દેખાવકર્તા જુથ તરીકે વિચાર્યું. તેમણે જે થોડા કલાકો ત્યાં જે રીતે કામ કર્યું તે તમને માત્ર તમે વ્યાવસાયિક રીતે જ નહીં, વ્યક્તિગત રીતે પણ જે સૌથી મોટી રમત રમવા ઇચ્છો છો તેને માટે તમને ઘણા બોધપાઠો આપી શકે છે. હું તમને આ સમારોહ જોવા માટે સમય કાઢવા અને આ ચાર વ્યક્તિઓ તેમના પરમાનંદમાંથી સાંભળવા માટે જે લઈ આવે છે અને તેઓ (આટલી સરસ રીતે) જે કરે છે તેના પર પ્રતિક્રિયા આપવા માટે આમંત્રણ આપું છું. તમે તેમનું પર્ફોર્મન્સ જોશો ત્યારે તમે જોશો કે બેન્ડના દરેક સભ્ય તેમનાં ચોક્કસ કાર્યમાં નિપુણ છે તમે એ પણ જોશો કે તેઓ જે કરે છે તેને તેઓ ખરેખર ચાહે છે અને તેઓ ચોક્કસપણે તેના પ્રવાહમાં વહી રહ્યા છે. તમે જ્યારે યુ-૨ જોઈ રહ્યા હો ત્યારે સમય એટલો ઝડપથી પસાર થઈ જાય છે. તમને એની સ્પષ્ટ લાગણી થાય છે કે આ જ મનુષ્યો તેમના જીવન કાર્યને અનુસરી રહ્યા છે અને તેમનાં ભાગ્યને પરિપૂર્ણ કરી રહ્યા છે. તમને એવી સ્પષ્ટ લાગણી થાય કે તેઓ તેમનું “કાર્ય” કરવાથી એટલા ખૂશ છે કે તેઓ તે મફતમાં કરવા પણ તૈયાર હશે અને તમને એવી અચૂક છાપ પડે કે તેઓ તેમની પોતાની અંદર ઘણા ઊંડા ઊતરી ગયા છે અને તેમને અપાયેલી પ્રતિભાને એવી રીતે ઝળકાવવાનું પસંદ કરી રહ્યા છે કે તેમની આસપાસ રહેલા સર્વને તેનો લાભ મળે.

મારા એક મિત્રએ મને તાજેતરમાં જ કહ્યું કે, “આપણા દિવસો આપણા જીવનની લઘુકૃતિ સિવાય વિશેષ કંઈ જ નથી.” કેટલું સાચું. એક મહાન જીવન એ એક મોતીની માળાની જેમ પરોવાયેલા મહાન દિવસોની એક શ્રેણી કરતાં વિશેષ અન્ય કંઈ જ નથી. કામ પરના દરેક દિવસને તમારો શ્રેષ્ઠ દેખાવ કરવાની તથા ઝળહળવાની એક તક તરીકે જુઓ. દરેક દિવસને તમારી જાતને વધારે ઉંડી ઉતારવાના એક મંચ તરીકે જુઓ, તમારી પ્રતિભાઓને મુક્ત કરો અને તમારા જુથના સાથીઓ તરફ, તમારા ગ્રાહકો તરફ, તમારા સપ્લાયર્સ તરફ અને ખાસ કરીને તમે દરરોજ રાત્રે ઘેર જેમની પાસે પાછા ફરો છો તે તમારી પરિવાર તરફ વધારે પ્રેમાળ બનો. મોટેભાગે આપણે માટે જે લોકો સૌથી મહત્વનાં હોય તેમને ગ્રાન્ટેડ તરીકે લઈએ છીએ. જીવન ટૂંકું છે અને આજનો જ દિવસ તમે થઈ શકો તેટલા વધુ પ્રેમાળ (તેમજ સૌથી વધુ સમર્પિત) વ્યક્તિ બનવાનો દિવસ છે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“જ્યાં કોઈ બદલાની અપેક્ષા નથી ત્યાં જ ખરો પ્રેમ શરૂ થાય છે.”

– એન્ટોની દે સેન્ટ - એક્ઝુપેરી

“આપણે જે મેળવીએ છીએ તેના વડે આપણે જીવીએ છીએ; આપણે જે આપીએ છીએ તેના વડે આપણે જીવન બનાવીએ છીએ.”

– સર વિન્સ્ટન ચર્ચિલ

“તમે જેટલા મદદરૂપ થશો, લગભગ તેટલા જ પ્રમાણમાં તમે ખુશ થશો.”

– કાર્લ રેઇલેન્ડ

“તમે અન્યો માટે જેટલું વધારે મુલ્ય સર્જશો, તેટલું તમારું જીવન વધારે કાર્ય કરશે. તમારી જાતને સદ્‌કાર્ય માટે સમર્પિત કરો. જીવન પાસેથી વધારે મેળવવા માટે, તમારે જીવનને વધારે આપવું પડે.”

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો એવો એક શબ્દ હોય કે જેના માટે હું જીવનભર સાથ આપવા ઇચ્છું, તો તે શબ્દ કયો હશે ?

૨. હું મારા જીવનમાં કઈ વસ્તુ વધારે વખત સહન નહીં કરું ?

૩. જો એવી એક વસ્તુ હોય જે હું મારાં જીવનને તેનાં ઉચ્ચતમ સ્તરે લઈ જવા માટે બદલી શકું, તો તે એક વસ્તુ કઈ હશે ?

૪. મારા જીવનનું સૌથી પરિવર્તનકર્તા બિંદુ કયું છે અને હું અત્યારે જે છું તે વ્યક્તિ બનાવવામાં તેણે કેવી રીતે કામ કર્યું છે ?

૫. જો મારે જીવવાના માત્ર ૩૦ જ દિવસ બચ્યા હોય, તો હું શું કરીશ ?

૫
સ્ટીવ જોબ્સનો પ્રશ્ન



હું પાછલા ઘણા સમયથી એપલના સ્વર્ગીય સીઇઓ સ્ટીવ જોબ્સ વિશે ઘણું બધું વિચારું છું - જેમ કે તેની આઇપોડ સાથે જીતવાની રીત, તેનું એપલ ને બદલી નાખવું, તેની ફિલ્મ સ્ટુડીયો પિક્સર સાથેની સિધ્ધિઓ વગેરે. હું જે જાણી શક્યો છું તેના પરથી લાગે છે કે તે ઘણો જ રસપ્રદ માણસ હતો. બુધ્ધિશાળી, પ્રેરિત, જુસ્સાવાળો એવો તે, એક દાર્શનિક પણ હતો.

જોબ્સે થોડો વિકાસક્ષમ સમય ભારતમાં વિતાવ્યો. તેણે સાધુઓ સાથે અભ્યાસ કર્યો. તેણે ધ્યાન નિવાસોની મુલાકાત લીધી. તેણે જીવનના મોટા પ્રશ્નોનું મનન કર્યું. પ્રશ્નોની વાત કરીએ તો, મેં સાંભળ્યું છે કે તેને જ્યારે તેના જીવનમાં મોટા નિર્ણય અથવા પસંદગીના મુદ્દાનો સામનો કરવો પડે તે દરેક વખતે તે પોતાને એક ચોક્કસ પ્રશ્ન પૂછતો :

“જો આ મારાં જીવનની અંતિમ રાત્રી હોત તો હું શું કરત ?” મને તે ખૂબ જ ગમે છે.

કોઈએ તેમની મૃત્યુશય્યા પર ક્યારેય તેમણે ઉઠાવેલાં જોખમોનો પશ્ચાતપ કર્યો નથી. સૌથી ઓછી સુરક્ષાવાળું સ્થાન સુરક્ષા ઝોનમાં જ હોય છે. એક મોટી જીંદગી જીવવા માટે તમે વારંવાર ગણતરીપૂર્વકનાં જોખમો ઉઠાવો તે આવશ્યક છે. હિંમત કર્યા વગર કોઈ જીત હોઈ શકે નહીં. સ્ટીવ જોબ્સ તેની પત્નીને એ રીતે જ મળ્યા. તેઓ એક યુનિવર્સિટીમં વક્તવ્ય આપી રહ્યા હતા અને શ્રોતાઓમાં તેમણે તેણીને જોઈ. તેઓ તે પ્રસંગ પછી તેણીને મળ્યા અને તેઓ તેણીને જમવા લઈ જવા માંગતા હતા - પરંતુ તેમને એક બીઝનેસ મીટીંગ પણ હતી. તેઓ તેમની કાર તરફ ગયા ત્યારે પોતાની જાતને પૂછ્યું, “જો આ મારાં જીવનની અંતિમ રાત્રી હોત, તો મેં શું કર્યું હોત ?” તેઓ પાછા સભાગૃહમાં દોડી ગયા અને તેણીને શોધી કાઢી. ત્યારથી તેઓ સાથે હતાં.

આ પ્રતિભાવ આપવાનો મહાન સમય છે. તમે એક વર્ષ જીવો છો અને બીજાંને આવકારો છો. ઉંડા ઉતરો. એના પર વિચાર કરો કે ડર વચ્ચે આવવાને કારણે તમારે જે કરવાનું હતું તેમાંથી તમે શું નથી કર્યું ? જીવન કેટલું ઝડપથી પસાર થઈ રહ્યું છે તે વિશે અને એક મનુષ્ય તરીકે તમારે શું કરી લેવું જરૂરી છે જેથી તમને લાગે કે તમે તમારી શ્રેષ્ઠ રમત રમ્યા છો, અને પછી દુનિયામાં નીકળી પડો અને ઝળહળો. એક વાર તમે નીકળી પડો પછી અમે બધા નીકળી પડશું.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“મને કહેવું ગમે છે કે જોખમનો હંમેશાં બદલો મળે છે. શું કરવું જોઈએ અને શું નહીં તે તમે તેમાંથી જ શીખો છો.”

– જોનાસ સાક

“મને ખબર છે કે જો હું નિષ્ફળ જઈશ તો મને તેનો પસ્તાવો નહીં થાય, પરંતુ હું જાણું છું કે પ્રયત્ન ન કરવાનો મને પસ્તાવો થઈ શકે છે.”

– જેફ બેઝોસ, એમેઝોન.કોમના સ્થાપક

"જે વ્યક્તિ બધું જ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે તે કંઈ જ મેળવતો નથી."

– રોબીન શર્મા

તમારી-૪ મિનિટમાં એક માઇલની દોડ

દાર્શનિક આર્થર સ્કોપનહોવરે એક વખત જોયું : "મોટાભાગના લોકો તેમની દૃષ્ટિ મર્યાદાને દુનિયાની સીમા તરીકે ગણે છે. થોડાક લોકો તેમની સાથે જોડાતા નથી." ગહન મુદ્દો. તમે આ ક્ષણે જે જીવન જુઓ છો તેજ તમારા ભવિષ્યનું જીવન હોય તે જરૂરી નથી. તમે તમારા ડર, મર્યાદાઓ તથા ખોટી ધારણાઓની આંખે પણ વસ્તુઓને જોતા હો તેવું બની શકે. તમે જેમાંથી દુનિયાને જુઓ છો તે ધૂંધળા કાચની બારીને એક વખત સાફ કરી નાખો, તો શું થાય તે ધારો. શક્યતાઓનો એક આખો નવો ગણ દેખાશે. યાદ રાખો, આપણે દુનિયાને તે જેવી છે તેવી નહીં પરંતુ આપણે જે છીએ તેવી જોઈએ છીએ. આ વિચારે મારું જીવન બદલી નાખ્યું.

વર્ષો પહેલાં, એવું મનાતું હતું કે કોઈ પણ માણસ ક્યારેય ૪ મિનિટમાં એક માઇલ દોડી શકવાનો અવરોધ તોડી શકે નહીં. પરંતુ રોજર બેનીસ્ટરે તે તોડી નાખ્યો. પછી બીજા ઘણા બધાએ એક અઠવાડિયાંની અંદર જ તેની નકલ કરી. શા માટે ? કારણ કે તેણે લોકોને એ દેખાડ્યું કે શું શક્ય છે અને પછી તે માન્યતાથી સજ્જ થયેલા લોકોએ અશક્ય ને શક્ય કરી બતાવ્યું.

તમારો "૪ મિનિટમાં એક માઇલ" શું છે ? શું "અશક્ય" છે, તરીકે તમે તારી જાતને કયા માલનું બીલ વેંચ્યું છે ? તમારી પાસે શું ન હોય, તમે શું ન કરી શકો અને શું ન થઈ શકોની બાબતમાં તમે કઈ ખોટી ધારણાઓ બાંધો છો ? તમારા વિચારો જ તમારી વાસ્તવિકતા સર્જે છે. જો તમે વિચારો કે તમારાં જીવનમાં કંઈક ન બની શકે, તો તમે તે લક્ષ્યને વાસ્તવિકતા બનાવવા માટે જરૂરી પગલાં લો તેવી કોઈ શક્યતા નથી. તમારી "અશક્યતા વિચારસરણી" એક સ્વપરિપૂર્ણ આગાહી બની જાય છે. તમારી ધારી લીધેલી મર્યાદાઓ એવી સાંકળ બની જાય છે જે તમે જેને માટે બન્યા હતા તે મહાનતાથી તમને દૂર રાખે છે, અને તેમાં નેતૃત્વ ક્યાં છે ?

સવ્યસાચી (સમતોલનકર્તા) નેતૃત્વ

મેં આ મહિનાની શરૂઆતમાં મુંબઈમાં આઇબીએમ ઇન્ડિયા માટે બે વક્તવ્યો આપ્યાં. જ્યારે હું ત્યાં હતો ત્યારે મેં તેમના એક એક્ઝીક્યુટીવ સાથે એક કપ કોફી લીધી. સ્ટીવ જોબ્સની માફક તે પણ એક દાર્શનિક હતા, માત્ર વ્યાપાર માટે ઉપયુક્ત વસ્ત્રપરિધાન વાળા. અમારી લાંબી ચાલેલી વાતચીતમાં તેમણે ઘણા મુદ્દાઓ કહ્યા જે મને મુગ્ધકર લાગ્યા. તેમાંથી એક ચોક્કસ મુદ્દાએ મને ખરેખર વિચારતો કરી દીધો છે. "સવ્યસાચી નેતૃત્વ એ સફળતા અને પરિપૂર્ણતાની ચાવી છે, તેજ યીન અને યાંગ છે." મને લાગે છે કે તેમના કહેવાનો અર્થ હતો કે : મહાનતા માટેની ચાવી એક જ શબ્દમાં પડેલી છે : સમતોલન. જે કાંઈ પણ છે તે સમતોલન જ છે. સમતોલન પરિવાર સાથે કામ કરે છે. વિચારવા સાથે સમતોલન કરવું. મનને મસ્તક સાથે સમતોલ કરવું. મક્કમ રહેવા સાથે મૈત્રીપૂર્ણ હોવાનું સમતોલન. હિંમત સાથે કરુણાનું સમતોલન, તે બનવા દેવા સાથે તે બનતું કરવાનું સમતોલન અને આઝાદીનું સમતોલન ઉકેલવા માટે હું જે એક માત્ર રીત જાણું છું તે છે તે સુંદર સમતોલન. તેને કામે લગાડો. તે સહેલું છે ? ના. શું તેમ કરવું યોગ્ય છે ? સંપૂર્ણપણે.

૬
મહાનતાનાં નાનાં રોજીંદા કાર્યો (SDAG)



મહાનતાનું જીવન પસંદ કરેલા થોડાક લોકો માટે આરક્ષિત નથી : જેમ કે સુંદર ત્વચા, દોષહીન દાંત અને શાહીવંશના પુરુષો તથા મહિલાઓ માટે પૃથ્વી પર કોઈ અતિમાનવ નથી અને હું ઉંડાણપૂર્વક માનું છું કે, આપણામાંની એકેએક વ્યક્તિ એક મહાનતાની અને અસાધારણ અર્થવાળી જીંદગી બનાવવાનું પસંદ કરી શકે. આ બધું મહાનતાનાં રોજીંદાં નાનાં કાર્યો પર આવીને અટકે છે. હું આ પાઠ ધ એલીટ પર્ફોર્મર્સ સીરીઝ નેતૃત્વ વર્કશોપમાં તથા અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીકએન્ડ (એવીએસ)માં વારંવાર ભણાવું છું અને તેની અસર ગહન છે. આવશ્યક રીતે, એક મહાન જીવન એ એક મોતીની માળામાં એક સાથે પરોવાયેલાં મોતીઓની જેમ સારી રીતે જીવાયેલા, મહાન દિવસોની શ્રેણી કરતાં વિશેષ કંઈ જ નથી. તમે તમારા દિવસો જેવા જીવો છો, તમારું જીવન તેવું જ બનાવો છો. ખરેખર મુદ્દો એ છે કે : જો તમે દરેક દરેક દિવસે નજરે ચડો અને તમારા દરેક દિવસના જાગતા હોવાના કલાકો દરમિયાન તમારી શ્રેષ્ઠ રમત રમો તો તમને એક અસાધારણ જીવનની બાહેંધરી મળશે. જો તમે દરરોજ તમારું આરોગ્ય, તમારા સંબંધો અથવા તમારું વ્યાવસાયિક જ્ઞાન માત્ર ૧% જ સુધારો, તો એક મહિના પછી તો તેમાં ૩૦% વધારો થઈ જશે. એક વર્ષ પછી તે ૩૬૫% વધી જશે. તમારી જાતને દરરોજ સતત સુધારણા અને નાની રીતોમાં શ્રેષ્ઠતાને સમર્પિત કરી દેશો તો, તમારું જીવન ખરેખર પરિવર્તન પામી શકશે.

મારા માટે, મહાનતાનાં નાનાં રોજીંદા કાર્યોનો ખ્યાલ ઘણો જ શક્તિશાળી છે. તેનો અર્થ થાય છે કે - આપણું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવા માટે આપણે બહુ મોટું પરિવર્તન કરવાની જરૂર નથી. તેને બદલે, આપણે દરેકે દરેક દિવસે થોડાક વધારે સારા થવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂર છે (આપણાં જીવનનાં દરેક પરિણામમાં). હું તમને એ વાત ધ્યાન પર લેવા આમંત્રણ આપું છું કે એક માણસ તરીકે જો તમે તમારું સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રદર્શન ન કરો અને જો તમારી સર્વોચ્ચ શક્તિને ન સમજો, તો તમે તમારી જાતનો વિશ્વાસઘાત કરતા હશો અને તમારાં જીવનના અંતે, હું માનું છું કે, તમે તમારી માનવ શક્તિના એક સૂક્ષ્મ ભાગનો જ માત્ર ઉપયોગ કર્યો છે. તે સમજવા જેવી કોઈ પણ વસ્તુ નથી, જે તમારાં હૃદયને આટલું બધું ભાંગી નાખે. તમે જે વ્યક્તિ બનવા માટે હતા અને તમે અત્યારે જે વ્યક્તિ છો તેની વચ્ચે જો ઘણું મોટું અંતર હોય તો કોઈ ખુશી હોઈ ન શકે. આ અંતર પુરવા માટે, દરરોજ નાની વસ્તુઓ સારી રીતે કરો. તમારાં બુધ્ધિમત્તાના પાયાને થોડાંક વધારે વિકસાવો. વધારે પ્રેમાળ બનો, વધારે ઇનોવેટીવ બનો, વધારે જોખમો ઉઠાવો, વધુ ઊંડા સંબંધો વિકસાવો, અને ૧% પણ વધારે સ્વપ્નો જુઓ. તમારા મહાન દિવસો તમને તમારાં મહાન જીવન તરફ લઈ જશે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"તમે તમારા હોઠ (શબ્દો) કરતાં તમારાં જીવન વડે વધુ સારો ઉપદેશ આપી શકો."

– ઓલીવર ગોલ્ડસ્મીથ

"જો તમે તમારી સમસ્યાઓને અવગણવાને બદલે તેમનો સામનો કરો, તો તેમની સાથે વ્યવહાર કરવામાં તમે વધારે સારી સ્થિતિમાં હશો."

– દલાઈ લામા

"અમલ બજવણી વગરની ચિંતનશક્તિ એ ભ્રમથી વિશેષ કંઈ જ નથી."

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. તમે તમારો મોટાભાગનો સમય જે પાંચ વ્યક્તિઓ સાથે વિતાવો છો તેમને તમને એક માનવ તરીકે તમે કેવા છો તે વર્ણવવાનું કહેવાય તો તેઓ શું કહેશે ?

૨. જો તમારી કબર પરના પથ્થર પર એક જ પંક્તિ લખવાની હોય તો તે પંક્તિ શું કહેશે ?

૩. તમારા જીવનમાં આવેલ એક જ સૌથી મહત્વનું પરિવર્તન બિંદુ કયું છે અને તમે તેનાથી કયા પાંચ પ્રાથમિક બોધપાઠો શીખ્યા ?

૪. આ ક્ષણે, તમે તમારાં જીવનની ગુણવત્તાને ૧ થી ૧૦ની વચ્ચે કયો ગુણ આપશો ? (જેમાં ૧૦ અસાધારણ હશે). કઈ બાબતને કારણે તમે આ સંખ્યા આપી ?

તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવા માટે ૫ શ્રેષ્ઠ રીતો

૧. દરરોજ સવારે ૫ વાગે ઉઠીને તમારા પોતાના પર કામ કરવામાં ૬૦ મિનિટ ગાળો.

૨. તમારી જાતને એવા લોકો વચ્ચે રાખો જેઓ તમે જેવી જીંદગી જીવવા ઇચ્છો છો તેવું જીવે છે.

૩. તમે જાણતા હો તેવી સૌથી માયાળુ વ્યક્તિ બનો.

૪. દરરોજ ઓછામાં ઓછી ૩૦ મિનિટ શાણપણવાળાં સાહિત્યમાંથી કંઈક વાંચો.

૫. તમારા ડરની સામે જાવ અને તમે જે કરતાં ડરો છો તે કરો.

૭

આજીવન અભ્યાસકર્તા બનો



તમે જ્યાં પણ જાવ ત્યાં એક પુસ્તક લઈ જાવ. આપણે લાઈનમાં રાહ જોવામાં, ટ્રાફિકમાં રોકાવામાં અને મુલાકાતો માટે રાહ જોવામાં ઘણો બધો સમય વિતાવીએ છીએ. એ સમયનો ઉપયોગ તમારાં મગજને કામે લગાડવામાં, મહાન સાહિત્ય વાંચવામાં અથવા શક્તિશાળી સીડીઓ સાંભળવામાં કેમ ન કરવો ? મોટાભાગના લોકો માને છે કે તેમની પાસે વાંચવાનો સમય નથી હોતો, પરંતુ થોડીક રચનાત્મકતા સાથે, તમે તે સમય કાઢી શકો છો.

૧. એક ઝડપથી વાંચવાનો અભ્યાસક્રમ લો. થોડા કલાકના અભ્યાસમાંથી ઘણાં વર્ષોનો અનુભવ પ્રાપ્ત કરવા માટે વાંચન એ એક શક્તિશાળી રીત છે. ઉ.ત. મોટાભાગની આત્મકથાઓ મહાન નેતાઓ અથવા હિંમતવાન વ્યક્તિઓની વ્યુહરચનાઓ તથા ફિલોસોફીઓ પર પ્રકાશ પાડે છે. તેમને વાંચો અને તેમને તમારું મોડેલ બનાવો. ઝડપી વાંચન તમને સમયના નાના ગાળામાં પ્રમાણમાં મોટા જથ્થામાં સામગ્રી પચાવવા દેશે.

૨. કેટલાક ઉચ્ચ દેખાવકર્તાઓ એક દિવસમાં એક પુસ્તક વાંચે છે, જ્ઞાન તથા માહિતી મેળવી લે છે. આપણે સાચા અર્થમાં જથ્થાબંધ માહિતીઓના યુગમાં પ્રવેશ્યા છીએ, અને જેઓ સક્રીય છે તેઓ આ વસ્તુનો તેમના લાભ માટે ઉપયોગ કરી શકે છે. તમે જેટલું વધારે જાણો તેટલો તમારો ડર ઓછો.

૩. કોઈ પણ સવાલનો જવાબ છપાયેલો છે. એક જાહેર વક્તા તરીકે કેવી રીતે વધારે સારા બનવું, અન્યો સાથેના તમારા સંબંધો કેવી રીતે સુધારવા, વધુ તંદુરસ્ત કેવી રીતે બનવું અથવા કેવી રીતે વધુ સારી યાદદાસ્ત વિકસાવવી - અંગત વિકાસનાં બધાં જ પાસાંઓ પર પુસ્તક વડે વ્યવહાર કરી શકાય છે. આથી, તમારી મહત્તમ ક્ષમતા સુધી પહોંચવા માટે, તમારે દરરોજ વાંચવું જોઈએ.

૪. પુસ્તકો તમને તમારામાં શું પડ્યું છે તે જોવામાં મદદ કરે છે. તે જ પ્રબુદ્ધતા છે.

૫. વધુ વાંચો, વધુ શીખો, વધુ હસો અને વધુ પ્રેમ કરો.

૬. એસોસીએશનનો સિધ્ધાંત યાદ રાખો : “આજથી ૫ વર્ષ પછી તમે કેવા હશો તે બાબત ૨ પ્રાથમિક બાબતોના પ્રભાવ હેઠળ આવે છે : તમે જે લોકો સાથે તમારો સમય વિતાવો છો, અને તમે જે પુસ્તક વાંચો છો.”

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“જીવન ટૂંકું છે. અન્યો માટે જીવવું અને તેમને માટે સારું કરવું એ આપણા જીવનની સૌથી મહત્વની બાબતો છે તે ભૂલશો નહીં.”

– માર્કસ ઓરેલીઅસ

“જ્યારે એક વ્યક્તિનું મૃત્યુ થાય છે ત્યારે તે પોતાની વસ્તુઓ પોતાના ઘરમાં, પોતાના પરિવારને સ્મશાનમાં છોડી જાય છે, જે એક માત્ર વસ્તુ તેની સાથે જાય છે તે છે તેણે કરેલા કર્મો.”

– પૂર્વની કહેવત

"એ પુસ્તકો તમને સૌથી વધારે મદદ કરે છે જે તમને સૌથી વધારે વિચાર કરતા કરે છે. સહેલું વાંચન એ શીખવાનો સૌથી કઠીન માર્ગ છે: પરંતુ મહાન વિચારકો પાસેથી આવેલાં મહાન પુસ્તકો સમય અને સૌંદર્યથી ઊંડે સુધી ભરેલા વિચારોથી ભરેલ વહાણ જેવાં છે."

– થીઓડોર પાર્કર

નોંધનીય પ્રશ્નો

ઉનાળાની ઋતુનો અંત તેની સાથે તમને તમારું વ્યવસાયિક તથા અંગત જીવન બંને શા માટે ચલાવી રહ્યા છો તેના પર વિચાર કરવા માટે તથા જે તમને જીવનનાં પછીનાં સ્તર પર લઈ જાય તેવા બધા જ મહત્વના સુધારાઓ કરવાની તક લઈને આવે છે. મેં મારાં પોતાના જીવનમાં જોયું છે કે જો હું દર અઠવાડિયે મારી નોંધપોથીની અંદર થોડુંક આત્મ-ચિંતન કરવા માટે થોડા કલાકો કાઢું તો મારી પ્રાથમિકતાઓ કઈ છે તે વધારે સ્પષ્ટ થાય છે તે અને વિકાસ તથા આત્મસુધારણા માટેની તકો સામે આવતી દેખાય છે.

હું મારાં પુસ્તકોમાં ઉલ્લેખ કરું છું તે મુજબ, મારી અંગત રીતોમાં મારી જાતને એવા અણીયાળા પ્રશ્નો પૂછવાનો સમાવેશ થાય છે જે મને ઉંડા ઉતરવા માટે અને મારે માટે જે વસ્તુઓનું ખરેખર મહત્વ છે તેના વિશે વિચારવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે. અહીં થોડા પ્રશ્નો આપ્યા છે જેનો હું ઉપયોગ કરું છું અને મને લાગે છે કે તમને મદદરૂપ થશે:

૧. તમે એક વખતે જે બાળક હતા તે હવે તમે જેવા પુખ્ત વ્યક્તિ થઈ ગયા છો તેના વિશે શું વિચારશે ?

૨. તમે કેટલા વૃદ્ધ હતા તે જો તમે ન જાણતા હો તો તમે કેટલા વૃદ્ધ થશો ?

૩. તમારાં જીવનને શ્રેષ્ઠતાનાં અને આનંદપ્રમોદનાં વધારે ઊંચાં સ્તર પર લઈ જવા માટે આવતા ૩૦ દિવસોમાં તમે કઈ ૩ વસ્તુઓ કરી શકો (અને કઈ બાબત તમને તે કરતાં રોકે છે ?)

૪. દરેક ક્ષેત્ર (કારકીર્દિ, અંગત, આધ્યાત્મિક)માં અત્યારથી ૨૪ મહિના પછી તમારું જીવન કેવું દેખાય તેમ તમે ઇચ્છો છો ?

૫. કઈ ૫ બાબતો તમને તમારાં જીવનમાં સૌથી ખુશ બનાવે છે.

એક ઉંડાણપૂર્વક બદલો આપતાં જીવન માટેના ૧૧ નિયમો

૧. લોકોને વસ્તુઓ કરતાં ઉપરનું સ્થાન આપો.

૨. તમને જે ગમે છે કરવાનું ક્યારેય ન છોડો.

૩. તમારી જાત પાસે હંમેશાં સાચાં રહો.

૪. યાદ રાખો કે આપણે દુનિયાને તે જેવી છે તેવી નહીં પરંતુ આપણે જેવા છીએ તેવી જોઈએ છીએ.

૫. તમારા જખમોને ડહાપણમાં ફેરવી નાખો અને તમારી નિષ્ફળતાઓમાંથી મળતી સોગાદો શોધો.

૬. તમે ઓળખતા હો તેવી સૌથી માયાળુ વ્યક્તિ જેવા બનો.

૭. દરરોજ ઓછામાં ઓછી એવી એક વસ્તુ કરો જે તમારી હથેળીમાં પરસેવો કરી દે.

૮. દરરોજ શાણપણનાં સાહિત્યમાંથી ઓછામાં ઓછું ૩૦ મિનિટ માટે વાંચન કરો.

૯. તમારી જાતને તાજગી આપવા માટે અઠવાડિયે ઓછામાં ઓછો એક કલાક મૌન તથા પ્રકૃતિમાં ગાળો.

૧૦. તમારા શ્રેષ્ઠ શારીરિક જીવનને જાગૃત કરવા માટે ગંભીર રીતે કસરત કરવાના કાર્યક્રમ માટે વચનબદ્ધ થાવ.

૧૧. તમારી જાતને એક નિશાની બનાવવા તથા એક વારસો છોડી જવા માટે સમર્પિત કરો.



મારાં પુસ્તક “ધ સેઇન્ટ. ધ સર્ફર એન્ડ ધ સીઇઓ” માં મેં લખ્યું છે તેમ :

“આ દુનિયામાં કોઈ વધારાના લોકો નથી.” આ કહેવાનો મારો અર્થ એમ છે કે આપણામાંની દરેક વ્યક્તિ અહીં એક ઉદ્દેશ્ય તથા એક ચોક્કસ ધ્યેય માટે આવે છે. સુપ્રસિદ્ધ મનોવૈજ્ઞાનિક અબ્રાહમ મેસ્લોની જેમ, હું પણ પ્રમાણિકપણે માનું છું કે દરેક માણસ એક ઉદ્દેશ્ય અને ઉધમ માટે જ પેદા થયેલો હોય છે. કેટલાક લોકો માટે, આ ઉધમ એક દેશ, એક કંપની અથવા એક લોકસમુદાયને ચલાવવા તરીકે પ્રગટ થઈ શકે. અન્યો માટે, તે નેતાઓનો એક પરિવાર ઉછેરવાનો અથવા તેમની કળા, કવિતા અથવા જાહેર સેવા દ્વારા નેતૃત્વ દર્શાવવાનો હોઈ શકે છે. દરેકે દરેક વ્યક્તિનું એક ભાગ્ય હોય છે અને જ્યારે આપણા દિવસો તે મધ્યવર્તી ધ્યેયની અભિવ્યક્તિ બને છે ત્યારે આપણું જીવન તેનાં ઉચ્ચતમ સ્તરે કાર્ય કરવાનું શરૂ કરે છે.

મારા સેમીનારોમાં ઘણા બધા લોકો મને પૂછે છે : “રોબીન, હું મારું ભાગ્ય શું છે તે કેવી રીતે શોધું ?” મારો જવાબ હંમેશાં એક જ હોય છે : “તમે તમારું ભાગ્ય શોધી ન શકો - તમારું ભાગ્ય તમને શોધશે.” તમારી જાતનું સૌથી ઉંડા સ્તરે આત્મ નિરીક્ષણ કરવું એ તમે કરી શકો તેવું શ્રેષ્ઠ કામ છે. નોંધ કરો, ધ્યાન ધરો અને ધૈર્યપૂર્વકનો દેખાવ કરો જેથી તમે તમારું સૌથી ભરોસાપાત્ર મુલ્ય, તમારી સર્વોચ્ચ માન્યતાઓ તથા તમે ખરેખર કેવા પ્રકારનું જીવન સર્જવા માંગો છો તે જાણી શકો. તમે જેટલા વધારે ઉંડા જશો તેટલું તમે વધારે જાણશો અને તમે જેટલું વધારે જાણશો, તેટલું તમને તમારાં ભાગ્ય તરફ દોરી જનાર નિશાનીઓ ઓળખવાનું વધારે સહેલું બનશે. એક વખત તમે તે શોધી કાઢો, પછી મનુષ્ય તરીકે તમારી શ્રેષ્ઠ રમત ઉઘડવી શરૂ થઈ જશે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

મગજે પૂછ્યું, “જ્ઞાન જેટલું મહત્વનું બીજું શું છે ?”

“કાળજી લેવી અને હૃદયથી જોવું.” આત્માએ જવાબ આપ્યો.

– ફ્લાવીઆ

“જો આપણે સૌંદર્ય અને જીવનનાં રહસ્યો તરફ આશ્ચર્ય અને ભીતિનો અનુભવ ન કરતા હોઈએ તો આપણે મનુષ્ય નથી.”

– ચાર્લેન સ્પ્રેત્નાક

“ધંધો એ માત્ર પૈસા બનાવવા વિશે અથવા ઉત્પાદન અથવા સેવા આપવા વિશેની જ બાબત નથી. વાણીજ્યની જેમ જ, ધંધો પણ બધાથી ઉપર અંગત અને સંસ્થાકીય મહાનતા મેળવવા માટેનું સાધન છે. તે કંઈક લાયક અને ઉમદા કાર્ય કરવા માટે છે.”

– પીટર કોએસ્ટેનબોમ

એક મહાન જીંદગી કેવી રીતે જીવવી

તમારું જીવન તેનાં સર્વોચ્ચ દર્શનીય સ્તરે કેવું દેખાશે તેના પર પ્રતિભાવ આપવાનું શરૂ

કરવા માટે હું તમને આમંત્રણ આપું છું. તમે જીવનનો અનુભવ કરો છો ત્યારે તમે જે સર્જવા માંગો છો તે શું છે તેની આસપાસ તમે જેટલી વધારે વાત કરી શકો (અન્ય લોકો સાથે તથા નોંધ કરવાની શક્તિ દ્વારા પોતાની જાત સાથે), તેટલું આ કરવામાં તમે વધારે પ્રતિતી - અટલ વિશ્વાસ - લાવી શકો. તમારા દિવસોમાં, શું તમે એવાં પગલાંઓ તથા ઇરાદાઓ કરો છો જે તમે કોણ છો તેની સર્વોચ્ચ શક્યતાઓ દર્શાવતા હોય ? અથવા તો તમારા દિવસો તમારા પર કામ કરે છે અને તમે તમારી ક્ષણોમાં વધારે સર્જનાત્મકતા લાવી શકો તેના વગર ઝડપથી પસાર થઈ જાય છે ? એક મનુષ્ય તરીકે શું શક્ય છે તે દર્શાવતા તમારા જીવન વિશે વચનબદ્ધ થવું તે તમારા પોતાના માટે ધોરણોનો એક મહાન ગણ છે. અહીં ૫ ફીલોસોફીઓ આપી છે જે તમને મદદ કરશે :

૧. એક નિશ્ચિત મુખ્ય હેતુ વિધાન નોંધી લો. આ તમે શેના માટે તમારું જીવન વિતાવવા માંગો છો તે વિશે એક ફકરાનું ટૂંકું લખાણ છે. તેને દિવસમાં ત્રણ વાર (સવારે, બપોરે અને રાત્રે) વાંચો. તમે તેમાં જે સમર્પિતતા લાવો છો તેને વધારે ઊંડે લઈ જવા માટે તેને શક્ય તેટલી વખત બોલો.

૨. તમારે પોતાને માટે એક તમે કલ્પ્યું હોય તેવું જુથ બનાવો. એવા લોકો શોધો જેમનાં જીવન કામ કરતાં હોય અને જેઓ તમે જેવું જીવન બનાવવા ઇચ્છો છો તેવા પ્રકારનું જીવન જીવતા હોય. નિયમિત ધોરણે તેમની સાથે ભોજન લો. તેમને અવાર-નવાર ફોન કરો અને વાતચિતનાં ઉંડા સ્તરે તેમની સાથે વ્યસ્ત રહો. તેમના વિચારો તથા અંગત આદતો તમારા પર પ્રભાવ પાડશે અને તમારું જીવન તમારી સામે જે શક્યતાઓ રજૂ કરે છે તેમાં પ્રવેશવામાં તમને મદદ કરશે.

૩. સફળતાનાં માળખાઓ બનાવો. દરેક મહાન જીવન એવાં માળખાઓના પાયા પર ચણાયાં હોય છે જે તેની સફળતાને ટેકો આપે. તમારાં અઠવાડિયાંઓમાં તમે ઊભા કરવા માંગતા હો તેવા સફળતાનાં માળખાઓનાં ઉદાહરણમાં અઠવાડિયામાં કેટલીક વખત એક અંગત તાલીમ આપનાર સાથે કામ કરવું, દરરોજ વિટામીન્સ તથા સપ્લીમેન્ટ્સ લેવાં, આયોજન તથા કલ્પના કરવા માટે દર અઠવાડિયે એક ચોક્કસ સમય નક્કી કરવો તથા નિયમિતપણે ચાલવું, તેનો સમાવેશ થાય છે.

૪. મોટાં પગલાં લો. વસ્તુઓ કરવી અને વસ્તુઓ થવા દેવી તેની વચ્ચે સૂક્ષ્મ સમતોલન છે. જીવન એ હંમેશાં કરવા તથા હોવા વચ્ચેનું સમતોલન છે. એક શાણો નેતા આદર્શ સમતોલન રાખે છે. તમે જીવનનો જે અનુભવ બનાવવા ઇચ્છો છો તેને માટે કઠોર પરિશ્રમ અને “મોટાં પગલાં” લેવાનું સ્થાન કોઈ ન લઈ શકે. એક જુની કહેવાત છે કે, “ઇશ્વર તેને મદદ કરે છે જે પોતાની જાતને મદદ કરે છે.” દરરોજ કંઈક એવું કરો જે તમને વિસ્તારે અને તમારું જીવન જે ધ્યેય માટે છે તેને આગળ વધારે.

૫. તમારા સહચર્ય પર ધ્યાન આપો. આજથી ૫ વર્ષ પછી તમારું જીવન કેવું લાગશે તે જો તમે જાણવા માંગતા હો તો એ ૧૦ લોકો તરફ નજર કરો જેમની સાથે તમે મોટાભાગનો સમય વિતાવો છો. તમે જે ભ્રમણકક્ષાની અંદર રહો છો (તમે જે લોકો સાથે સમય પસાર કરો છો તે અર્થમાં) તે તમે કયા પ્રકારની વ્યક્તિ બનશો તે અને તમે કેવા પ્રકારનું જીવન ગાળશો તે નક્કી કરે છે. તમારી સર્વોચ્ચ રમત રમો, તમારી જાતને લોકોથી વીંટાળી દો અને એવી વ્યક્તિઓ સાથે સંભાષણ કરો જેઓ મહાનતા, નેતૃત્વ અને અંગત જવાબાદારી તરફ પ્રતિબદ્ધ હોય.

૯
તમારાં સહચર્યની શક્તિ



એક પંક્તિ છે જે હું મારાં પ્રેઝન્ટેશન્સ તથા વર્કશોપ્સમાં મારા શ્રોતાઓ સાથે વહેંચું છું અને તેને સાદી રીતે આમ કહેવાય: “તમે જેમની સાથે ભોજન લો છો તેના જેવા બનો છો.” મારા માનવા પ્રમાણે હજી તમારું જે શ્રેષ્ઠ વર્ષ આવવાનું બાકી છે તેમાં તમે પ્રવેશો ત્યારે, તમે એ હકીકત પર ધ્યાન આપવા માટે થોડીક ક્ષણો ગાળજો કે તમે જેમની સાથે સંબંધ રાખો છો તેમના જેવા બની જાવ છો. તમે જેમની સાથે તમારો મોટાભાગનો સમય વિતાવો છો તેના વિચારો, ફીલોસોફીઓ તથા તેમનું વર્તન પણ તમારી અંદર ઉતારશો. મોટેભાગે આ પ્રક્રિયા અચેતન સ્તરે થતી હોય છે અને આપણા પર આપણી આસપાસના લોકોનો પ્રભાવ પડે છે તે આપણે જાણતા પણ નથી હોતા. વિશ્વાસ રાખો કે સહચર્યમાં અપાર શક્તિ હોય છે અને આપણે જે સંગ રાખીએ છીએ તેની આપણા પર ઘેરી અસર પડે છે.

શું તમે એવા લોકો સાથે સમય વિતાવો છો જેઓ તમે જેવું સ્વપ્ન સેવ્યું છે તેવી જીંદગી જીવે છે ? શું તમારે તમારા ‘હીરો’ સાથે વાત થાય છે ? શું તમારા મિત્રો અને સાથીઓ તમે વર્તમાનમાં જેને માટે ઊભા રહો છો તેના કરતાં કંઈક વધુ મોટું કરવા માટે ઉપર લાવે છે તથા મદદ કરે છે ? કે પછી તેઓ તમને તથા તમારી શક્યતાઓને મર્યાદિત કરીને તમને નીચા પછાડે છે અને હતાશ કરે છે ? અને યાદ રાખો: તમારું સહચર્ય માત્ર માનવ સ્વરૂપે જ નથી આવતું. હું જરૂર માનું છું કે આપણે જે પુસતક વાંચીએ છીએ તે પુસ્તક જેવા બની જઈએ છીએ કારણ કે વાંચવું તે લેખક સાથેના વાર્તાલાપ કરતાં વિશેષ કંઈ જ નથી. જ્યારે આપણે આપણામાંની સૌથી મહાન વ્યક્તિઓ વડે લખાયેલ પુસ્તકો વાંચીએ છીએ, ત્યારે આપણી અંદર રહેલ સર્વોચ્ચ સ્થાન ઝંકૃત થઈ શકે છે અને આપણે જે વિચારો શીખીએ છીએ તે આપણને એવાં નવાં પગલાં ભરવા ફરજ પાડી શકે છે જે વધુ સારાં પરિણામો સર્જે. મોટો વિચાર: જેમ આપણે વધુ શીખીએ તેમ આપણે વધુ કરી શકીએ અને જેમ આપણે વધારે જાણીએ તેમ આપણે વધારે સારું પસંદ કરી શકીએ.

આપણે નવા વર્ષની શરૂઆતમાં છીએ. હું તમને વિતી ગયેલાં વર્ષમાંથી શીખેલા ઓછામાં ઓછા ૧૦ બોધપાઠો કાગળ પર નોંધી લેવાનો પડકાર આપું છું. પછી, માત્ર તમારે માટે આ વર્ષે સિદ્ધ કરવામાં મહત્વનાં હોય તેવાં લક્ષ્યો જ નહીં, પરંતુ આવનારા મહિનાઓમાં તમે તમારાં વ્યાવસાયિક તેમજ અંગત જીવનમાં જે ફિલોસોફીઓને જીવવા માંગતા હો તે પણ, સ્પષ્ટપણે લખી લો. તમારા ઇરાદાઓને કાગળ પર ઉતારી લેવા તે શક્તિશાળી ઉદ્દેશોને નક્કી કરવાનું કામ કરે છે જે અદ્‌ભૂત અસરો ઉપજાવશે અને તમે આ વિચારવાની તથા લક્ષ્ય ગોઠવવાની ક્રિયા કરશો, ત્યારે, તમારાં સહચર્ય વિશે વિચારો. તમે જેમના વડે વિંટળાઈ જવાનું પસંદ કરો છો તે લોકો વિશે વિચારો. તમારા પર્યાવરણીય પ્રભાવો તથા તમે કઈ વસ્તુને તમારા મનનાં મુલ્યવાન સ્થળે સ્થાન આપો છો તેના વિશે વિચારો. મને ખબર છે કે તમે આ જાણો છો : જે વસ્તુ અંદર જાય છે તે જ શું બહાર જશે તે નક્કી કરે છે. તમારા વિચારો જ તમારી દુનિયા બનાવે છે અને આપણે માત્ર આપણા મનમાં હોય તે જ વિચારો પર કામ કરી શકીએ છીએ. જ્યારે આપણે વધારે સારી રીતે જાણતાં હોઈએ ત્યારે આપણે ખરેખર વધારે સારું કરી શકીએ. વધુ સભાનતા સાથે તમે વધુ સારી પસંદગીઓ કરી શકો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જે વિચારો ભાવનાઓની કોઈ પણ લાગણીઓ સાથે ભળેલા હોય તે એક 'ચુંબકીય' બળ બનાવે છે જે અન્ય તેના જેવા જ અથવા સંબંધિત વિચારોને આકર્ષે છે."

– નેપોલીયન હીલ

"જો તમે તમારી સમસ્યાઓને અવગણવાને બદલે તેમનો સામનો કરો, તો તમે તેમની સાથે વ્યવહાર કરવા માટે વધુ સારી સ્થિતિમાં હશો."

– દલાઈ લામા

"જ્યારે તમે કંઈક વિશે વિચારતા હો, ત્યારે આપણે ખરેખર ત્યાં હોતા નથી. કોઈ ૮૦ કે ૯૦ વર્ષની વ્યક્તિ સાથે વાત કરો તો તેઓ હકીકત પર પ્રકાશ પાડશે કે જીવન કેટલું ઝડપથી પસાર થઈ ગયું તે તેઓ માની નથી શકતાં. સમય, ક્યારેય પાછો ન ફરવા માટે, આપણી મુઠ્ઠીમાંથી રેતીની જેમ સરકી જાય છે. આજે, બહાદૂરીપૂર્વક, જુસ્સા, શ્રેષ્ઠતા તથા પ્રેમ સાથે જીવો. તમને ડરાવનાર બાબતોની સામે જાવ. તમારી આસપાસના લોકો પર જીત મેળવો. દિવસનો પ્રકાશ જોવા માટે, તમે ખરેખર કોણ છો તે જાણવા માટે વધુ ઊંડું ખોદકામ કરો."

– રોબીન શર્મા

તમારાં જીવનમાં સમતોલન પુનઃસ્થાપિત કરવાની ૮ રીતો

૧. દરેક દિવસની શરૂઆતમાં ૬૦ મિનિટનો "પવિત્ર કલાક" રાખો અને તમારાં મન, શરીર, લાગણીઓ તથા આત્માને પોષણ આપો.

૨. દર અઠવાડિયે થોડોક સમય કુદરતમાં ગાળો.

૩. જેમની પ્રશંસા કરવી જરૂરી હોય તેમને "પ્રેમ પત્રો" લખો.

૪. દરરોજ ઓછામાં ઓછી દસ મિનિટ સુધી મૌન, એકાંત તથા નીરવતાનો અનુભવ કરો.

૫. જે વસ્તુઓએ તમને બાળક તરીકે ખુશી આપી હોય તે કરો.

૬. કસરત કરવા વિશે ગંભીર બનો કારણ કે તમારાં આરોગ્ય કરતાં વધુ મહત્વનું કંઈ જ નથી.

૭. તમારા વિચારોની સ્પષ્ટતા વધારવા તથા તમારી આંતરદૃષ્ટિને વધુ ગહન કરવા માટે નોંધપોથીમં લખો.

૮. તમારી જાત કરતાં વધુ મોટો ઉદ્દેશ શોધો અને અન્યોને પાછું આપો.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. તમે ઇચ્છો છો તેવું જીવન બનાવવાથી તમને રોકતાં હોય તેવા સૌથી મોટા ત્રણ અવરોધો કયા છે ?

૨. એવી કઇ ૩ મુખ્ય વસ્તુઓ છે જે તમારી ઊર્જા નીચેવી લે છે અને તમને તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવતાં અટકાવે છે ?

૩. એવાં કયાં ૩ જોખમો છે જે તમારે લેવાં જરૂરી છે, પરંતુ તમે જેને ટાળો છો ?

૪. એ કઈ ૫ સૌથી મહત્વની બાબતો છે જે તમે વીતેલાં વર્ષ પાસેથી શીખ્યા ?

૫. તમે તમારાં જીવનને જેવું બનાવવા માંગો છો તેને માટેના ૫ શબ્દો કયા છે ?

“સુક્ષ્મ સાહસો” નું મુલ્ય

જેમણે બે દિવસની વ્યક્તિગત પરિવર્તન વર્કશોપ, અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીકએન્ડ (એબીએસ)માં ભાગ લીધો હતો તેવા ઘણા બધા લોકો, એ પ્રસંગમાં એવાં વ્યવહારુ સાધનોની શોધમાં આવ્યા હતા જે તેમને ટકાઉ ખુશી શોધવામાં મદદ કરે. હમણાં હું જે વિચારો શીખવું છું તે જેને હું “સુક્ષ્મ સાહસો” કહું છું તે ખ્યાલ છે. જ્યારે આપણે બાળક હતા ત્યારે મોટાભાગની ખુશી એ હકીકતમાં આવતી હતી કે આપણે એવી ઘણી બધી વસ્તુઓ કરતાં હતાં જે કરવાનું આપણને ગમતું હતું. આપણે તળાવમાં પથ્થર નાખતાં અથવા બરફમાં દેવદૂત બનાવતા અથવા માત્ર વર્તમાન ક્ષણમાં રમતીયાળપણે વ્યસ્ત રહેતાં. જેમ આપણે મોટા થયા તેમ, ઘણી વાર, આપણે એ વસ્તુઓ કરવાનું છોડી દઈએ છીએ જે આપણને નાનપણમાં ખુશી આપતી હતી. આપણે એ સંગીતનું વાજીંત્ર છોડી દઈએ છીએ જે આપણા આત્માને ગાતો કરતું હતું. અથવા તો આપણે હોકી રમવાનું કે સ્કી કરવાનું કે સર્ફિંગ કરવાનું છોડી દઈએ છીએ. અથવા તો આપણે જેઓ આપણન ડપેટ પકડીને લોટપોટ થઈ જવાય તેટલું હસાવતા તે મિત્રો સાથે ગુણવત્તા સભર સમય વિતાવવાનું છોડી દઈએ છીએ. મોટાં પરિવર્તનો કરવા માટે, રોજીંદાં નાનાં પગલાં લેવાં તે ચાવી છે. ૧૦૦૦ માઇલની સફર ખરેખર તો એક જ પગલાંથી અને “સૂક્ષ્મ સાહસો”માં ગુંથાવાથી શરૂ થાય છે. એવાં નાનાં સાહસો જે તમે તમારાં અઠવાડિયાંઓમાં દાખલ કરો છો. તમે તમારો ગુમાવેલ જુસ્સો પાછો મેળવશો. અઠવાડિયાંની રજામાં તમારા પ્રિય પુસ્તક ભંડારમાં જવામાં અને તેમાં તમારા પ્રિય વિભાગમાં ખાંખાખોળા કરવામાં એક કલાક ગાળવો તે તમારા આવતા અઠવાડિયાનું “સૂક્ષ્મ સાહસ” બની શકે છે. અથવા તો અગાઉ ક્યારેય ન ચાખ્યું હોય તેવું વીએતનામી ખાણું ખાવાનો પ્રયત્ન કરી જોવો તે પણ બીજું “સૂક્ષ્મ સાહસ” હોઈ શકે. અથવા તો સ્નોબોર્ડીંગ શીખવા જવું, તમને ગમતી વ્યક્તિ સાથે ફોન પર વાત કરવી અથવા જંગલોમાં ચાલવા જવું તે તમે તમારાં અઠવાડિયાંઓમાં ગોઠવી શકો તેવાં અન્ય “સૂક્ષ્મ સાહસો” બની શકે જે તમારા દિવસોમાં વધારે ખુશી તથા પરિપૂર્ણતા લાવી શકે. યાદ રાખો, જે વસ્તુનો સમય નક્કી કરવામાં આવે તે એવી વસ્તુઓ છે જે થાય છે અને તમારાં અઠવાડિયાંમાં ઓછામાં ઓછા એક સૂક્ષ્મ સાહસનું આયોજન કરવું તે તમારા વિચારવાની, અનુભવવાની તથા કાર્ય કરવાની રીતોમાં આશ્ચર્યો સર્જી શકે છે.

૧૦
મારી આદર્શરૂપ વ્યક્તિઓને સલામ



હું હમણાં જ એક સ્વપ્ન દૃષ્ટાઓનાં જુથ સાથે એક શનિ-રવિ ગાળીને પાછો આવ્યો છું. છેલ્લી અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીક એન્ડ (એવીએસ), મેક્સિકો, પોર્ટોરીકો, ધ યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ તથા અમેરિકાથી લોકોને ખેંચી લાવી. માનવ તરીકે તેમનો સર્વોચ્ચ દેખાવ કરવા તરફ સમર્પિત સાહસિક આત્માઓનું આ અસામાન્ય જુથ હતું. શુક્રવારે રાત્રે સીઇઓ, ગૃહિણીઓ, વિધાર્થીઓ, ઉધ્યોગપતિઓ, કલાકારો તથા શિક્ષકો તેમનાં કાયમી સામાજિક મહોરાં પહેરીને તથા આ વીકએન્ડ પ્રક્રિયામાં શું બનવાનું છે તેના વિશે આશ્ચર્ય પામતા આવ્યા. રવિવારે બપોર સુધીમાં લોકોએ તેમના સૌથી મોટા ડરને અતિક્રમ્યા હોવાથી, તેમના અવરોધોનો સામનો કર્યો હોવાથી તથા તેઓ પાછાં દુનિયામાં બહાર જશે ત્યારે પૂર્ણ તેજસ્વિતાથી ઝળહળવાની હૃદય સ્પર્શી પ્રતિબદ્ધતા કરી હોવાથી, હેરત પમાડનાર પરિવર્તનો જોવા મળ્યાં. કોન્ફરન્સ રૂમમાં પ્રેમનું સ્તર અકલ્પ્ય હતું અને, એ ૨.૧/૨ દિવસમાં મેં તે રૂમમાં જે હિંમત જોઈ તેણે મને એવો અનુભવ કરાવ્યો કે આ લોકો મારા ‘હીરો’ છે.

બદલાવ માટે જે અંગત જવાબદારી જરૂરી હોય તે તમે ન ગ્રહણ કરો ત્યાં સુધી તમારી દુનિયામાં કશું જ બદલાશે નહીં. દુનિયા એક અરીસો છે : તેમાંથી આપણે જે ઇચ્છીએ છીએ તે નહીં, આપણે જે છીએ તે જ મેળવીએ છીએ. તમે તમારી પોતાની અંદર ઉંડા ઉતરો છો ત્યારે, તમારાં સૌથી વિશ્વસનીય મુલ્યો શોધો છે ત્યારે, તમે જીવનને શું બનાવવા ઇચ્છો છો તે સ્પષ્ટપણે વિચારો છો ત્યારે અને પછી આ પરિણામો પ્રગટ કરવા માટે બહાર પડો છો ત્યારે (તમારી આસપાસના લોકો માટે અસામાન્ય મુલ્ય સર્જતી વખતે), તમારું જીવન તમે ક્યારેય કલ્પના પણ ન કરી હોય તેવા સ્તરે કામ કરવાનું શરૂ કરશે. તમે એક ક્ષણમાં તમારું જીવન બદલી નાખી શકો : જે ક્ષણે તમે તમારાં હૃદયના અંતરતમ ભાગમાંથી તમારાં જીવન સાથે નાની રમતો રમવાનું છોડી દેવાની તથા તમારા ડરને સામે ચાલીને મળવાની પસંદગી કરો છો ત્યારે તમે તમારા શ્રેષ્ઠ સ્વને જગાડવા હકદાર છો. તમે આનંદ, પરિપૂર્ણતા તથા પ્રચુરતાનાં જીવનના હકદાર છો. તમે સ્ટાર બનવા લાયક છો.

મેં મારાં પુસ્તક “ડીસ્કવર યોર ડેસ્ટીની વીથ ધ મોન્ક હુ સોલ્ડ હીઝ ફરારી”માં લખ્યું છે તે મુજબ, દુનિયા ચેતનામાં બદલાવાનો અનુભવ કરી રહી છે. અગાઉ ક્યારેય નહોતા તેટલા લોકો અંગત મહાનતા કરતાં કંઈ પણ ઓછામાં સમાધાન કરવાનો ઇન્કાર કરી રહ્યા છે. અગાઉ ક્યારેય ન હતા તેટલા લોકો તેમનાં હૃદય ખોલી રહ્યા છે અને તેમના સમાજમાં કરુણા માટે ઊભા થયા છે. અગાઉ ક્યારેય ન હતા તેટલા લોકો તેમની જાતને શ્રેષ્ઠતા માટે સમર્પિત કરી રહ્યા છે અને તેમની શક્તિની સંપૂર્ણતા સમજી રહ્યા છે. આનો જ અર્થ નેતૃત્વ છે. હા, તમે તમારું સત્ય બોલો ત્યારે, ખૂલ્લાં હૃદયથી જીવો ત્યારે તથા અસામાન્ય માટે પહોંચો ત્યારે, લોકો તમને ન પણ સમજે. વ્યાખ્યા મુજબ, નેતાઓ એ છે જે ટોળાંથી આઘા રહે અને અલગ રીતે વસ્તુઓ કરે. હું જાણું છું કે તમે એક સ્વપ્નદૃષ્ટા છો હું જાણું છું કે તમે તમારાં જીવન પાસેથી શ્રેષ્ઠ મેળવવા ઇચ્છો છો અને હું જાણું છું કે તમે એક તફાવત ઊભો કરવા માંગો છો. આને માટે હું તમને સલામ કરું છું. તમે મારા ‘હીરો’ છો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“તમે અચકાઈ કેવી રીતે શકો ? જોખમ ! કોઈ પણ વસ્તુનું જોખમ લો ! અન્ય લોકોના અભિપ્રાયોની, તેમના બોલવાની પરવા ન કરો. દુનિયામાં તમારે માટે જે વસ્તુ સૌથી અઘરી હોય તે કરો. તમારે પોતાને માટે કામ કરો. સત્યનો સામનો કરો.”

– કેથેરીન મેન્સફીલ્ડ

“એક સ્વપ્નદૃષ્ટા વ્યક્તિ એ છે જે માત્ર ચાંદની રાત્રે જ (આછાં અજવાળામાં) તેનો માર્ગ શોધી શકે, અને તેની સજા એ છે કે તે બાકીની દુનિયા જુએ તે પહેલાં સૂર્યોદય જોઈ લે છે.”

– ઓસ્કાર વાઇલ્ડ

“પ્રકાશ ફેલાવવો તે તમારી ફરજ છે અને જો તમે આ જવાબદારી સ્વીકારવાનો ઇન્કાર કરો, તો આ હિંમતના અભાવના પરિણામે દુનિયા જેવી હોવી જોઈએ તેવી નહીં હોય.”

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. તમે અત્યાર સુધીમાં વાંચેલ શ્રેષ્ઠ પુસ્તક કયું છે ? શા માટે ?

૨. તમારા ૩ સૌથી મોટા ડર કયા છે અને તેણે તમારાં જીવનનાં આટલાં વર્ષો દરમિયાન કેવી રીતે તમને મર્યાદામાં રાખ્યા છે ?

૩. તમારું જીવન કઈ વસ્તુ માટે વિતે તેવું તમે ઇચ્છો છો ?

૪. તમારાં બાકીનાં જીવન માટે તમે પ્રતિબદ્ધ હો તેવા ૧૦ સંયોજક સિદ્ધાંતોની સૂચિ એક કાગળ પર બનાવો.

૧૧

આ મહિનાના નેતૃત્વના પાઠ



નીચેનો ફકરો મારાં પુસ્તક “લીડરશીપ વીઝડમ ફ્રોમ ધ મોન્ક હુ સોલ્ડ હીઝ ફરારી: ધ 8 રીચ્યુઅલ્સ ઓફ વીઝનરી લીડર્સ” માંથી લીધેલ અવતરણ છે. વાર્તાના આ ભાગમાં મુખ્ય પાત્ર જુલીઅન મોન્ટલ તેની નેતૃત્વ માટેની ફિલોસોફી તેના પૂર્વ ગોલ્ફ પાર્ટનર, એક ઉધોગપતિ, જે અત્યારે બદલાતી વ્યાપાર સંસ્કૃતિ સાથે સંઘર્ષ કરી રહ્યો છે, તેની સાથે વહેંચે છે. પુસ્તકનાં ૬૫માં પાને જુલીયન નીચે મુજબ કહે છે :

“તારા નેતૃત્વની નિષ્ફળતા માટે તારાં લોકોને દોષી બતાવવાનું બંધ કર. બદલાતી અર્થવ્યવસ્થા, વધતા નીતિ નિયમો તથા સ્પર્ધાત્મક દબાણને દોષ દેવાનું પણ બંધ કર. જો લોકોએ તમારી દૃષ્ટિ નથી સ્વીકારી, તો તેનું કારણ એ છે કે તેમણે તારાં નેતૃત્વનો સ્વીકાર નથી કર્યો. જો તેઓ વફાદાર નથી તો તેનું કારણ એ છે કે તેં તેમને વફાદાર રહેવા માટે પુરતાં કારણો નથી આપ્યાં. જો તેઓ તેમનાં કામ વિશે આસક્ત નથી, તો તેનું કારણ એ છે કે તું તેમને જેને માટે આસક્ત થઈ શકાય તેવું કંઈક આપવામાં નિષ્ફળ ગયો છે. સંપૂર્ણ જવાબદારી ઉઠાવો. એ સમજ કેળવ કે મોટા અનુયાયીપણાની આશા કરતાં પહેલાં મોટું નેતૃત્વ આપવું જરૂરી છે.”

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“એવું નથી કે આપણે જેની હિંમત નથી કરતા તે વસ્તુઓ મુશ્કેલ છે. એવું છે કે જે વસ્તુઓ મુશ્કેલ છે તેની આપણે હિંમત નથી કરતા.”

– સેનેકા

“જીવન તાર પર (સમતોલન જાળવતાં) જીવી નખાય છે. બાકીનું બધું માત્ર રાહ જોવાનું છે.”

– પાપા વાલેન્દા
મહાન નટ બજાણીયા

“જીવનમાં તમે કોઈ પણ વસ્તુ પૂર્ણ કરી શકો, જો શ્રેય કોને મળે છે તેનો તમને વાંધો ન હોય તો.”

– હેરી એસ. ટ્રુમેન.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો તમારી પાસે જીવવા માટે માત્ર ૫ મિનિટ જ રહી છે, તો તમે કોને બોલાવશો અને શું કહેશો ?

૨. જો આજે તમારે ૫ માણસો સાથે ભોજન લેવાનું હોય, તો તેઓ કોણ હશે અને તમે શા માટે તેમની સાથે જોડાવા ઇચ્છશો ?

૩. તમે એવી કઈ એક વસ્તુ કરવા ઇચ્છશો જે જો તમે રોજીંદા ધોરણે કરો તો તમારું જીવન આગલાં સ્તર પર ઉપર ચડશે ?

૪. તમારા બધા સંબંધોમાં, તમે વધારે સંભાળ લેનાર, કરુણામય તથા વિચારશીલ હોવાથી કોને સૌથી વધારે ફાયદો થશે ?

૫. દુનિયાને એક વધુ સારું સ્થાન બનાવવા માટે તમે દરરોજ કયું કામ કરી શકો ?

તણાવની આદત છોડવા માટેની ૫ રીતો

૧. તમારી જાતને પૂછો : આજથી એક વર્ષ પછી, શું આ કટોકટીનો ખરેખર કોઈ અર્થ હશે ?

૨. તમારાં જીવન પર ૫ મિનિટ માટે પોઝનું બટન દબાવી દો અને તાજી હવામાં ચાલવા નીકળી પડો.

૩. વધારે પાણી પીવો (વિજ્ઞાન કહે છે કે વધારે પાણી પીવાથી મગજની કાર્યશીલતા સુધરે છે.)

૪. તમને જે બાબત સતાવતી હોય તેને તમારી નોંધપોથીમાં ઠલવી દો. કાગળ પર તેને ઉતારી લેવાનું કામ જ તમને તમારા પર સવાર થઈ ગયેલી ચિંતામાંથી મુક્ત થવામાં મદદ કરશે.

૫. તમને કેવી લાગણી થાય છે તે એક વિશ્વાસપાત્ર સાથીદાર પાસે વ્યક્ત કરો.

ક્રોધ પર નિપુણતા દ્વારા અંગત નેતૃત્વ

નીચેની વાર્તા હતાશાના સમયે મદદરૂપ થાય તેવી છે :

એક નાનો છોકરો હતો જે વારંવાર ગુસ્સે થઈ જતો હતો. તેના પિતાએ તેને ખીલા ભરેલી એક થેલી આપીને એમ કહ્યું કે, “બેટા, જ્યારે તને ગુસ્સો આવે ત્યારે આમાંથી એક ખીલો લઈને આપણા વાડાની ફેન્સ પર તે ઠોકી આવજે. તારી હતાશાને ઠલવી નાખવાથી તને સારું લાગશે.” પહેલાં દિવસના અંતે, તે છોકરાએ ફેન્સ પર ૨૫ ખીલા ઠોક્યા હતા.

પરંતુ જેમ અઠવાડિયાંઓ પસાર થતાં ગયાં તેમ તેમ તે છોકરો પોતાના ગુસ્સા તરફ વધારે સભાન થતો ગયો અને ફેન્સ પર ઠોકાતા ખીલાની સંખ્યા ઓછી થતી ગઈ. ભલે તેણે પોતાની અંદર ગુસ્સો હોવાની વાતને ક્યારેય અવગણી નહીં, પરંતુ સમય જતાં, તેને ગુસ્સાપૂર્વક ખીલાઓ ઠોક્યા કરવાને બદલે શાંતિથી તેના ગુસ્સાનો અનુભવ કરવાનું તથા તેને છોડી દેવાનું સહેલું લાગવા લાગ્યું.

છેવટે, એ દિવસ આવ્યો કે તે છોકરાએ તેનો મિજાજ ગુમાવવાનું સંપૂર્ણપણે છોડી દીધું. તે દિવસે તેના પિતાએ તેને કહ્યું, “દિકરા, હવે પાછો તે ફેન્સ પાસે જા અને તું જે દિવસે તારા ગુસ્સાને સંભાળી ન શક્યો હોય અને તેને જવાબદાર રીતે ખાળી ન શક્યો હોય તેવા દરેક દિવસના ખીલા પાછાં ખેંચી કાઢ.” એક દિવસ પછી, છોકરો તેના પિતા પાસે ગયો અને તેમને કહ્યું કે ફેન્સ પરથી દરેક ખીલો લઈ લેવામાં આવ્યો હતો. પિતાએ જવાબ આપ્યો, “દિકરા, મને તારા પર ગર્વ છે. હું ઇચ્છીશ કે તું તેં ફેન્સ પર પાડેલાં કાણાંઓ તરફ નજર કરે. જ્યારે ગુસ્સામાં, ચિડમાં અથવા હતાશામાં વાત કહેવાય છે ત્યારે તમે કોઈકની અંદર તેં ફેન્સમાં પાડ્યાં છે તેવાં કાણાં પાડી દો છો. ભલે તમે તમારા શબ્દો યાદ કરીને માફી માંગી લો, તોપણ તેના ઉઝરડા ઘણા લાંબા સમય સુધી રહી શકે છે. આથી માયાળુ બન, કરુણા રાખ અને તારાં જીવનમાં રહેલ બધા જ લોકોની કાળજી લે. જીવન એક ટુંકી સફર છે અને સંબંધો સૌથી મહત્વાના છે.”

તમે તમારાં કામ પર જાવ ત્યારે તમે જે લોકો સાથે કામ કરો છો તેમનો વિચાર કરો અને તમે તેમની સાથે તમારી શ્રેષ્ઠ રીતે પેશ આવો છો કે નહીં અને તેઓ ખરેખર જેવા અદ્ભૂત છે તે રીતે તેમની સાથે વર્તન કરો છો કે નહીં તે તમારી જાતને પૂછો.

૧૨
નિર્ભયતા દ્વારા નેતૃત્વ



આ વિચાર તમે જે કાંઈ પણ કરો તેમાં નિર્ભય દેખાઈને તમારા જીવનમાં એક આધારભૂત નેતા બનવા માટે તમને પ્રેરિત કરવાને સમર્પિત છે. કદાચ, તમારાં જીવનને તેનાં ઉચ્ચતમ સ્તર સુધી લઈ જવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ જે ડર તમને વામણા રાખે છે તેમના પર ધ્યાન આપવાનો તથા પછી તેમને બહાર નીકળી જવા માટે પદ્ધતિસરનાં પગલાં લેવાં, તે છે. મારે માટે, મારા ડર વિકાસ અને પરિવર્તન માટેની વિશાળ તક આપનાર છે. હું જેટલો મારા ડરની સામે જાઉં છું, તેટલો ઝડપથી હું મારી મુક્તિ તરફ આગળ વધું છું અને આથી તમને મારો માત્ર આટલો જ પડકાર છે : તમને ડરાવે છે તેવાં સ્થળોએ જાવ અને તમારા જીવનની અજ્ઞાત જગ્યાઓમાં જાવ (કારણ કે તે એ જગ્યાઓ છે જ્યાં શક્યતાઓ રહેલી છે).

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જ્યાં તમે ડગમગો ત્યાં તમારો ખજાનો પડેલો હોય છે."

– જોસેફ કેમ્પબેલ

"સાહસ ખેડવું તે વ્યગ્રતાનું કારણ બને છે - પરંતુ સાહસ ન ખેડવું તે તમારી જાતને ગુમાવવા જેવું છે અને ઉચ્ચતમ સાહસ ખેડવું તે ચોક્કસપણે વ્યક્તિની પોતાના તરફની સભાનતા છે."

– કીર્કેગાર્ડ

"નેતૃત્વ એ વસ્તુઓનું વ્યવસ્થાપન કરવું તે નથી પરંતુ લોકોનો વિકાસ કરવો તે છે. દૃષ્ટા નેતાઓ એ છે જે સમજે છે કે કોઈ પણ તંત્રની ખરી મૂડી, જે લોકો સવારમાં લીફટમાં ઉપર આવે છે અને દરરોજ રાત્રે નીચે જાય છે તેઓ છે."

– રોબીન શર્મા

"યાદ રાખવું તે જ શીખવું છે."

– સોક્રેટીસ

"શ્રેષ્ઠ પુસ્તકો પહેલાં વાંચો, નહીંતર તમને લાગશે કે તમારી પાસે સમય નથી."

– હેન્રી ડેવીડ થોરો

"એ વિદ્વાન, જે વિચારે પરંતુ સર્જન નથી કરતો તે ન વરસતાં વાદળ જેવો છે."

– પૌરવાત્ય ઉક્તિ

નિર્ભયતા દ્વારા સ્વ નેતૃત્વ : ૫ રીતો

૧. તમે જેનાથી ડરો છો તેવી વસ્તુઓ વિશે વાત કરો. વ્યાપાર એ વાતચિતથી વધુ કંઈ જ નથી, તમે તમારા ગ્રાહકો, તમારા સાથીદારો સાથેનો વાર્તાલાપ છોડી દો, અને છેવટે તમે તમારો વ્યાપાર ગુમાવશો. તમે જેનાથી ડરો છો તે વસ્તુઓ વિશે તમે જેટલી વધારે વાત કરશો, તેટલું તમારા ડરનું મૃત્યુ વધારે નિશ્ચિત થઈ જશે. જે વસ્તુઓ તમને તમારા જીવનમાં હીણા રાખે છે તેને બોલીને વ્યક્ત કરવી તે બાબત તમને તેમને સભાનતાના પ્રકાશમાં મૂકવા દે

છે, જ્યાં તે ઓગળી જાય છે (જેવી રીતે દિવસના પ્રકાશમાં પડછાયા ઓગળી જાય છે તેમજ).

૨. તમારા ડરને અનુભવો. આપણા સમાજમાં મોટેભાગે આપણને આપણા ડરને ધ્યાન ન આપવા માટે અને માત્ર "સકારાત્મક વિચારો વિચારવા" માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે છે. આ માત્ર નકારવામાં વ્યસ્ત થવા સિવાય વિશેષ કંઈ જ નથી, જે માત્ર બિનઅસરકારક જ નહીં, બિનતંદુરસ્ત પણ છે. જ્યારે તમારા માટે ડર સપાટી પર આવે, પછી તે એક મોટું પ્રેઝન્ટેશન આપવાનો ડર હોય કે એક મોટો પ્રોસ્પેક્ટ રજૂ કરવાનો ડર હોય, તમારા ડરનો સ્વીકાર કરો. તમારા ડરને મિત્ર બનાવો. તમારા શરીરમાં થતી સંવેદનાઓની રીતે તે કયાં વસે છે તેના પર ધ્યાન આપો (મોટેભાગે પેટમાં ગાંઠ વળતી હોય તે રીતે ડર દેખાય છે.) તમારા ડર પર ધ્યાન આપવાથી, તે તમારા પરની પકડ ગુમાવશે.

૩. મહાવરો. તમે જેટલા વધારે તૈયાર હશો, તેટલો તમારો ડર ઓછો મર્યાદિત કરનાર હશે. જો તમને એક વસ્તુનાં વેંચાણ માટે પૂછવાથી ડર લાગતો હોય અથવા એક મુશ્કેલ કર્મચારી સાથે વ્યવહાર કરવાનો ડર લાગતો હોય, તો તમારી જાતને તે ઘટનાનું રીહર્સલ કરવામાં તથા નજર સામે થતું હોય તેની કલ્પના કરવામાં પરોવી દો. તમારી કલ્પનાના પટલ પર તેનાં સચોટ પરિણામનું રીહર્સલ કરો.

૪. શિક્ષણ. જે ક્ષેત્રો તમારે માટે ડરનું કારણ બની શકે છે તેમના વિશે તમે જેટલું વધારે વાંચી તથા જાણી શકો, તેટલા તમે વધારે શક્તિશાળી બનશો. જો તમે તમારા વ્યપારાને આગળનાં સ્તર સુધી લઈ જવાથી ડરતા હો, કારણ કે તમને લાગતું હોય કે તે વધારે પડતું ગુંચવણભર્યું તથા તણાવપૂર્ણ બની જશે, ઉ.ત. તો એવા લોકોની આત્મકથાઓ વાંચવી જેઓ તમારી પહેલાં તે માર્ગ પર ચાલ્યા હોય. તેમની માનસિકતામાં પ્રવેશો અને જુઓ કે તેમણે જે કર્યું તે કેવી રીતે કર્યું.

૫. એક મંત્ર તૈયાર કરો. દૃઢતા એ તમને તમારી માન્યતાઓનું આયોજન કરવામાં તથા તેને ફરી ઘડવામાં મદદ કરવામાં ખૂબ જ અસરકારક સાધન છે. એક કે બે પંક્તિઓનો એક સાદો મંત્ર બનાવો જે તમે તમને તમારી ઉચ્ચતમ રમતમાં રાખવા માટે તથા તમારી સૌથી શક્તિશાળી અવસ્થામાં રાખવા માટે તમારા દિવસ દરમિયાન વારંવાર બોલી શકો. તમારો મંત્ર કંઈક આના જેવો લાગી શકે: "હું બદલાવને તક તરીકે જોતો એલીટ પર્ફોર્મર છું અને જ્યારે હું સફળતા સર્જુ છું ત્યારે મને આનંદ મળે છે."

કાર્યસ્થળે મહાન નેતૃત્વ: ૬ ખાસીયતો

અહીં આધારભૂત નેતાઓની ૬ ખાસીયતો આપી છે જેઓ તેમનાં કાર્યસ્થળની અંદર બદલાવના પ્રણેતા છે.

૧. તેઓ કુનેહપૂર્વક નિર્બળ છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ હિંમતભર્યા પગલાં લે છે પરંતુ તેઓ પૂરી નિર્ણયશક્તિ વડે તેમ કરે છે.

૨. તેઓ કઠોરપણે નવસર્જક હોય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ સતતપણે જૂની સમસ્યાઓના નવા ઉકેલો શોધતા રહે છે.

૩. તેઓ ચૂસ્તપણે કેન્દ્રિત હોય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ સમજે છે કે સમય જીવનની સૌથી કિંમતી જણસ છે.

૪. તેઓ મુલ્ય વડે પ્રેરિત હોય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ સમજે છે કે પૈસા એ બધા હિસ્સેદારોમાં ઉંડું મુલ્ય ઉમેરવાની ઉપપેદાશ છે.

૫. તેઓ બેશરમ રીતે જુસ્સાવાળા હોય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ સમજે છે કે જુસ્સો ચેપી છે અને તેઓ ઉત્સાહનો નમુનો છે.

૬. તેઓ સમુદાય કેન્દ્રિત હોય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ સમજે છે કે દિવસને અંતે, વ્યાપાર તથા જીવનમાં સંબંધો કરતાં વધુ મહત્વનું કંઈ જ નથી.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. આ ક્ષણે તમે તમારા જીવનમાં કઈ વસ્તુનો સૌથી વધારે પ્રતિકાર કરો છો ?

૨. તમે કઈ વસ્તુને તમારા જીવનમાં વધારે સહન નહીં કરો ?

૩. તમારાં જીવનને તેનાં ઉચ્ચતમ સ્તર પર લઈ જવા માટે તમે નિયમિત ધોરણે કઈ એક વસ્તુ કરી શકો ?

૧૩
સંપત્તિના ઘણા પ્રકારો



સંપત્તિ શું છે ? મારાં મગજમાં સંપત્તિના ઘણા પ્રકારો છે. મોટાભાગના લોકો સંપત્તિને એક વિશુદ્ધપણે આર્થિક જણસ ગણે છે. પરંતુ મારે માટે, સંપત્તિનાં પાંચ સ્વરૂપો છે. આર્થિક સંપત્તિ, સંબંધોની સંપત્તિ, શારીરિક સંપત્તિ, સાહસની સંપત્તિ અને હું જેને માનસિક સંપત્તિ કહું છું તે. (જે તમારાં જીવનને અર્થસભર કરી દેવા વિશે છે.) જો વ્યક્તિ આ દરેક પર ધ્યાન ન આપે, તો હું માનું છું કે તેઓ એક ખોખલી જીંદગી જીવશે.

આર્થિક સંપત્તિ દેખીતી છે. તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવા માટે પૈસા મહત્વના છે. મુસાફરી કરવા માટે અથવા તમારાં બાળકને ટેનીસની તાલીમ અપાવવા માટે અથવા યુનિવર્સિટીની ફી ભરવા માટે પૈસા લાગે છે. પરંતુ તે સંપત્તિનો માત્ર એક પ્રકાર છે. જો એક વ્યક્તિ પાસે માત્ર આર્થિક સંપત્તિ જ હોય. તો હું માનું છું કે હજી તેમને આધારભૂત સંપત્તિનો અભાવ છે. વ્યક્તિ પાસે સંબંધોની સંપત્તિ પણ હોવી જોઈએ. તે અન્ય માણસો સાથે જોડાયેલા હોવા વિશે તથા તમારી આસપાસ પ્રેમાળ તથા મજબૂત સમાજ ઘડવાની વાત છે. વ્યક્તિએ શારીરિક સંપત્તિનું નિર્માણ પણ કરવું જોઈએ - સારી તંદુરસ્તી ન હોય તો તમારી પાસે ખરેખર કંઈ જ નથી. કોઈ વ્યક્તિ સ્મશાનમાં સૌથી વધુ ધનવાન હોવા નથી ઇચ્છતું. મને લાગે છે કે સાહસની સંપત્તિ વિકસાવવા પર કામ કરવું પણ મહત્વનું છે. સંપત્તિનો આ પ્રકાર તમારાં હૃદયની અંદર જુસ્સાની ભાવના અનુભવવા વિશે તથા તમે તમારા દિવસોમાં જેમ આગળ વધતા જાવ તેમ તમે જે સાહસોનો અનુભવ કરો તે અર્થમાં છે. સાહસની સંપત્તિ વિચિત્ર પ્રવાસ લઈને અથવા નવા પ્રકારનો ખોરાક અજમાવી જોવા અથવા એક રસપ્રદ વ્યક્તિ સાથે નવું આદાન-પ્રદાન કરવા જેવા ‘સૂક્ષ્મ સાહસો’નો અનુભવ કરીને ઘડી શકાય. છેવટે, આધારભૂત રીતે સંપત્તિવાન થવા માટે, આપણે દરેકે માનસિક સંપત્તિ સર્જવી જોઈએ. આપણી પોતાની જાત કરતાં કંઈક વધારે મહત્વની વસ્તુ માટે જીવવું તે માનવ હૃદયની સૌથી ઊંડી જરૂરિયાત છે. આપણે જે મેળવીએ છીએ તેની સામે આપણે દુનિયાને તથા આપણી આસપાસ રહેલાઓને જે આપીએ છીએ માત્ર તેમાંથી જ ચિરંજીવ ખુશી આવી શકે છે. માનસિક સંપત્તિ એ તમારી જાત કરતાં વધુ મહાન ઉદ્દેશ માટે જીવવું તે છે.

આપણામાંના ઘણા આપણી પોતાની જાતને વખોડે છે કારણ કે આપણે જોવા ઇચ્છીએ તેટલી આર્થિક સંપત્તિ આપણી પાસે હોતી નથી. તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવા માટે પૈસા એ મહત્વના છે. પરંતુ તે જ સર્વસ્વ તથા અંતિમ વસ્તુ નથી. ઘણા શ્રીમંતો સાચા અર્થમાં ધનવાન નથી. સંપત્તિના આ પાંચેય પ્રકાર પર કામ કરવું તે તમને વધુ ઊંચે પહોંચવા માટે, વધુ મોટાં સ્વપ્નો સેવવા માટે તથા સાચી પરિપૂર્ણતા માણવા માટે પ્રેરિત કરશે, જ્યારે તમે જેને જીવન કહેવાય તેવા આશીર્વાદનો સ્વાદ લેશો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“તમારી મર્યાદાઓ માટે દલીલ કરો અને તે તમારી જ હોય તેની ખાતરી કરો.”

– રીચાર્ડ ભાક

"જ્યારે તમે સવારે ઉઠો ત્યારે જીવતા હોવું - શ્વાસ લેવો, વિચારવું, માણવું, પ્રેમ કરવો - તે કેવો કિંમતી વિશેષાધિકાર છે તે વિચારો.

– માર્કસ ઓરેલીયસ

"જ્યારે હું દરરોજ સવારે ઉઠું છું અને દુનિયા હજી સહી સલામત છે તેમ જોઉં ત્યારે મને આશ્ચર્ય થાય છે. કુદરતના આશાવાદની સાબિતીઓ વધે છે.

પ્રકાશ નવો છે અને વરસાદ ખાસ્સો એવો ભીનો છે. જ્યારે સૂર્ય પ્રકાશે છે ત્યારે બધું જ શક્ય છે તે આપણે જાણીએ છીએ. દર સવારે આપણે આગલી રાત્રે હતા તેના કરતાં વધારે નાના થઈએ છીએ।"

– વીલીયમ ક્રોઝીઅર

"જ્યાં સુધી તમે તમારી જાત વિશે સારું ન અનુભવો ત્યાં સુધી બીજા માણસને તેમારા વિશે સારું અનુભવતા કરવાનું શક્ય નથી. નેતૃત્વ પોતાની અંદરથી શરૂ થાય છે."

– રોબીન શર્મા

સૌથી મહાન લોકોની ૮ શ્રેષ્ઠ ખાસીયતો

૧. તેઓ માયાળુ અને સંબંધ કેન્દ્રી હોય છે. તેઓ લોકોને પહેલાં મૂકે છે.

૨ તેઓ મુલ્ય સર્જક હોય છે અને તેઓ સેવા પર ચોક્કસપણે કેન્દ્રિત હોય છે.બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, તેઓ અન્ય લોકો જે ઇચ્છે છે તે મેળવવામાં તેમને મદદ કરે છે અને તેઓ સેવાનું સાધન હોવા તરફ સમર્પિત હોય છે.

૩. તેઓ જુસ્સાવાળા હોય છે અને તેમનો જુસ્સો ચેપી બને છે, તેમની આંખોમાં બાળક જેવી ચમક હોય છે.

૪. તેઓ એકસૂત્રતાવાળા હોય છે. તેમની કરણી તેમની કથની સાથે બંધબેસતી હોય છે. તેઓ નીતિમયતાથી બહાર નથી. તેઓ પ્રમાણિક, હેતુસરના તથા કેન્દ્રિત હોય છે.

૫. તેઓ શિસ્તબદ્ધ તથા મહેનતુ હોય છે. કઠોર પરિશ્રમ વગર ક્યારેય કોઈ મહાન સ્વપ્ન ઘડાતું નથી.

૬. તેઓ સ્વપ્નદ્રષ્ટા હોય છે. તેઓ સમજે છે કે જે સૌથી મહત્વનું છે તે બનાવવાની પ્રક્રિયા એટલે જ સફળતા. તે એક યાત્રા છે અને તેઓ ધૈર્યવાન છે.

૭. તેઓ બહાદુર હોય છે. તેઓ જે વસ્તુ અસુવિધાજનક હોય તે કરે છે અને નિષ્ફળતાઓને માર્કેટ સંશોધન તરીકે જુએ છે. તેઓ સમજે છે કે નિષ્ફળતાએ મહત્વાકાંક્ષાની કિંમત છે.

૮. તેઓ મૌલિક હોય છે. તેઓ ઓછો ખેડાયેલ માર્ગ લે છે. તેઓ અલગ રીતે વિચારે છે, અલગ રીતે વર્તન કરે છે અને અલગ રીતે અનુભવે છે. તેઓ દુનિયાને અલગ જ રીતે નિહાળે છે અને આ જ વસ્તુ તેમને નેતા બનાવે છે.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. તમારી ઓછી આકર્ષક ખાસીયત શું છે ?

૨. એક વિશ્વ સ્તરીય જીવન તમને કેવું લાગે છે ?

૩. જીવને તમને શીખવ્યો હોય તેવો શ્રેષ્ઠ બોધપાઠ કયો છે ?

૧૪
જીર્ણોધ્ધારની શક્તિ



આપણે વધારે હૂંફાળા મહિનાઓમાં પ્રવેશીએ છીએ તેથી તમને એક માનવ તરીકે તમે જે રીતે જીવો છો તથા આગળ વધો છો તેના પર ધ્યાન આપવાની વધારે તક આપવામાં આવશે. ઘણી વાર, આપણે ડ્રાઇવીંગ કરવામાં એટલા વ્યસ્ત હોઈએ છીએ કે આપણે પેટ્રોલ પુરાવવા માટે અટકવાનો સમય નથી કાઢતા. આપણે આપણા વ્યાપારમાં એટલા વ્યસ્ત હોઈએ છીએ કે આપણે આપણા વ્યાપાર વિશે કામ કરતા નથી. આપણે આપણી કારકીર્દિની અંદર કામ કરવામાં એટલા વ્યસ્ત હોઈએ છીએ કે આપણે પાછાં ફરીને આપણી કારકીર્દિ પર કામ કરવાનો સમય કાઢી શકતા નથી. આપણે આપણી રોજ-બ-રોજની જીંદગીમાં એટલા વધારે ઝકડાઈ ગયા છીએ કે આપણે પોઝનું બટન દબાવીને આપણા જીવન પર કામ નથી કરતા અને પછી દિવસો અઠવાડિયાંઓ બની જાય છે, અઠવાડિયાંઓ મહિનાઓ બની જાય છે અને મહિનાઓ વર્ષોમાં તબદીલ થઈ જાય છે, અને આપણને ખબર પણ પડે તે પહેલાં આપણાં હૃદયમાં આપણે જે જીવન જીવવા માટે બન્યા છીએ તેમ જાણીએ છીએ તેનું સર્જન કર્યા વગર કે તેને માટે પહેલ કર્યા વગર જ ઘણાં બધાં વર્ષો પસાર થઈ જાય છે. યાદ રાખો, તમે હંમેશાં જે રીતે કામ કરો છો તે રીતે જ કરવાનું ચાલુ રાખશો તો તમે હંમેશાં જે પરિણામો જોયાં છે તે જ પરિણામો મેળવશો તે નક્કી છે.

એલીટ પર્ફોર્મર્સની મહાન સફળતાઓ માટેની ખાસીયતો પૈકીની એક એ છે કે તેઓ જીર્ણોદ્ધાર કરવા માટે સમય કાઢે છે. એક ચુનંદા રમતવીર માટે દરેક દિવસ કંઈ રમતનો દિવસ નથી હોતો. ઉ.ત. તેમના રમતના દિવસો હોય છે પરંતુ તેમના એવા દિવસો પણ હોય છે જ્યારે તેઓ પોતાની જાતને રીન્યુ, રીચાર્જ કરે છે અને તેઓ કેવી રીતે વધારે સારું કરી શકે તેના વિશે વિચારે છે. તેઓ તાલીમ આપનારાઓ સાથે કામ કરે છે, પાછલી રમતોની ટેપ્સ જુએ છે અને વિચારવા પાછળ ઘણો બધો સમય ગાળે છે. તમે માત્ર વ્યાપારમાં જ નહીં, જીવનમાં પણ એલીટ ખેલાડી છો. શું તમે તમે જે જીવન સર્જવા માંગો છો તેના વિશે વિચારશીલ થવામાં તથા વ્યુહરચના ઘડવામાં પૂરતો સમય વિતાવો છો ?

આવનારાં અઠવાડિયાંઓમાં, નોંધ લખવા માટેનો સમય કાઢો. તમારે માટે સૌથી મહત્વનું શું છે તથા તમારાં જીવનમાં કઈ વસ્તુ કામ નથી કરતી તેના વિશે લોકો સાથે ગહન વાર્તાલાપ કરવા માટે સમય કાઢો. વનરાજીમાં શાંતિમાં લાંબે સુધી ચાલવા જવામાં સમય ગાળો. ઊંડે સુધી જાવ. એક મનુષ્ય તરીકે તમારી સૌથી મોટી રમત રમવા માટે, તમારી શરતોએ જીવન જીવવા માટે તમારી જાત પાસે પ્રતિબદ્ધ થાવ. આ તમે કરી શકો તેવી શ્રેષ્ઠ ચાલ છે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જો તમારી અંદર કશુંક મહાન છે, તો પ્રથમ વારમાં જ તે દેખાશે નહીં. તે કોઈ કામ કે પ્રયાસ કર્યા વગર. સહેલાઈથી તમારી પાસે આવશે કે દેખાશે નહીં."

– રાલ્ફ વાલ્દો એમર્સન

"તમારા ડરની સામેની બાજુએ તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન રહેલું છે."

– રોબીન શર્મા

"પ્રેમ વ્યક્તિને તેનાં જીવનનો હેતુ પુરો પાડે છે. બુદ્ધિ તેને તે હેતુ સિદ્ધ કરવાનો માર્ગ દર્શાવે છે."

– લીઓ ટોલ્સ્ટોય

ડરનું મૃત્યુ

અમારા અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીકએન્ડ્સમાં ડરનું મુક્તિમાં પરિવર્તન કરવા માટે અમે જે પ્રયોગાત્મક કસરત કરીએ છીએ તે અમારા ભાગ લેનારાઓ માટે અતિશય મદદરૂપ થાય છે. હું આખી દુનિયામાં દરેક પ્રકારના લોકોને મળતો તથા મુસાફરી કરતો હોવાથી, મને ખ્યાલ આવ્યો છે કે આપણને આપણું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવાથી અટકાવનાર એક જ સૌથી મોટી વસ્તુ છે, ડર. આપણામાંના દરેક ડરને કારણે આપણું જીવન જેને માટે બન્યું છે તેના કરતાં ઘણું નાનું રાખીએ છીએ. છતાં, આપણા મોટાભાગના ડર ભ્રામક હોય છે. આપણા મોટાભાગના ડર આપણને શીખવવામાં આવેલા હોય છે. જીવવા વિશેની આપણી મોટાભાગની માન્યતાઓ આપણે ઉપાડી લીધેલી અને પછી તેમને સાચી ઠેરવેલી માન્યતાઓથી વિશેષ કંઈ જ નથી. અહીં તમને તમારા ડરમાંથી બહાર આવવામાં મદદરૂપ થવા માટેની પાંચ યુક્તિઓ આપી છે:

૧. તમે જેનો પ્રતિકાર કરશો તે વળગી રહેશે. લેખક સામ કીને એક વાર કહ્યું છે તેમ : "તમે જેનાથી ભાગો છો તેના વડે જ પકડાઇ ગયા છો. તમારા ડરથી દૂર ન ભાગો, તેના તરફ દોડો."

૨. તમારા ડરને બોલીને વ્યક્ત કરો. મોટાભાગના લોકો તેમના ડરને નકારે છે અને એવો દેખાવ કરે છે જાણે તે છે જ નહીં. જ્યારે તમે તેના વિશે બોલવાનું શરૂ કરો છો ત્યારે તમે તેને છૂટો કરવા લાગો છો.

૩. તમારા ડર વિશે લખો. તમને ડરાવતી બાબતો વિશે એક નોંધપોથીમાં લખી લેવું તે સ્વ જાગૃતિ ઘડવાની મહાન રીત છે. જ્યારે તમે તેને કાગળ પર જુઓ છો ત્યારે તેમની તમારા પર ઓછી સત્તા રહે છે.

૪. ડહાપણભર્યાં જોખમો ઉઠાવો. દરરોજ તમારા ડરની સામે જવા માટે કંઈક નાનું પગલું ભરો. દરેક ડરરૂપી દરવાજાની બીજી તરફ એક મુલ્યવાન સોગાદ વસે છે.

૫. નિર્ભયતાની ઊજવણી કરો. તમે ડરને ઓળંગી જાવ તે દરેક વખતે તમારી સિધ્ધી માટે તમારી જાતનો આદર કરો.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો મારું જીવન એક શબ્દ માટે વ્યતિત કરવાનું હોય તો તે શબ્દ કયો હશે ?

૨. હું મારી જાતને કુતુહલ તથા આશ્ચર્યની વધુ મહાન ભાવના વડે કેવી રીતે ભરી દઈ શકું ?

૩. આ ક્ષણે હું મારાં જીવનમાં કયું પગલું ભરવાનો સૌથી વધારે પ્રતિકાર કરું છું ?

૪. હું મારા દિવસો ગુજારું છું તેમાં, શું હું અંધકારને શ્રાપ આપું છું કે હું એવી વ્યક્તિ છું જે મીણબત્તી વડે પ્રકાશ કરું છું ?

૫. કાર્ય સ્થળે હું શિકારની ભૂમિકા ભજવું છું કે વિજેતાની ?

૧૫
એક સ્વપ્નપોથી તૈયાર કરો



એક શાંત બપોરે, બહાર જાવ અને ૧૦ સામયિકો ખરીદો. તે ઘણી બધી વિવિધતા ધરાવતાં હોય તેનો ખ્યાલ રાખો, એકમાં સુંદર મકાનો અને અદ્‌ભૂત ભૌતિક વસ્તુઓ હોય તો બીજું આગળ પડતા લોકો વિશે હોય, તો વળી ત્રીજું તંદુરસ્ત, આવશ્યક અને સંપૂર્ણ જીવંત લોકોની છબીઓવાળું હોય. પછી જે છબીઓ તમને સૌથી વધારે અપીલ કરે અને તમારાં લક્ષ્યો રજુ કરતી હોય તે કાપી લો. છેવટે તેમને એક બાઇન્ડર પર ચોંટાડો. દરેક છબી નીચે તે કયું લક્ષ્ય દર્શાવે છે તે, તે શા માટે તમારે માટે મહત્વની છે તે, જો તમે તેને નહીં મેળવો તો શું થશે તે અને તેની પૂર્ણતા માટેની એક ચોક્કસ સીમારેખા લખી લો. આ વ્યુહરચનાએ મારા ઘણા ગ્રાહકો માટે અદ્‌ભૂત કામ કર્યું છે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“પ્રેમનો વિરોધી શબ્દ ધિક્કાર નથી, અૌદાસ્ય છે અને જીવનનો વિરોધી શબ્દ મૃત્યુ નથી, તટસ્થવૃત્તિ છે.”

– એલી વિસેલ

“કશું ન હોવાથી ક્યારેય કોઈ વ્યક્તિ પાયમાલ નથી થઇ ગઈ. અંતિમ પાયમાલી વ્યક્તિની અંદરથી આવે છે.”

– અમેલીયા બાર

“આપણે જેમાં રહીએ છીએ તે વિલક્ષણ દુનિયા છે. આપણે ટાંકણીનાં માથાં જેટલી ચોકસાઈથી દુનિયાનાં બીજા છેડે મીસાઇલ મોકલી શકીએ છીએ. છતાં આપણને નવા પડોશીને મળવા જવા માટે રસ્તો ઓળંગવામાં મુશ્કેલી પડે છે. જરૂરિયાત વાળી કોઈ વ્યક્તિને મદદ કરવા માટે ધીમા પડવાનો આપણી પાસે સમય નથી, છતાં આપણે એક કારનો કચ્ચરઘાણ થયેલો જોવા માટે ધીમા પડીએ છીએ. આપણાં બાળકોને કંઈક વાંચી સંભળાવવા માટે સમય કાઢવામાં આપણને મુશ્કેલી પડે છે છતાં આપણે વર્તમાનપત્રોમાં મુલ્યહીન વાતો વાંચવા માટે હંમેશાં સમય કાઢી લઈએ છીએ. એક મનુષ્યની સાચી નેતાગીરીનો અર્થ છે તમે તમારાં જીવનનું “પોઝ બટન” દબાવવા માટે થોડો સમય કાઢો અને જે બાબતોનું ખરેખર મુલ્ય છે તેના વિશે ઉંડાણપૂર્વક વિચારો. પછી તમારું બાકીનું જીવન તેના મુજબ જીવવા માટે તમારામાં હિંમત હશે. આ રીતે કોઈ પણ વ્યક્તિ તેમનું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવી શકે અને તેમનાં ઉચ્ચતમ ભાગ્યને જાણી શકે.”

– રોબીન શર્મા

એક મનુષ્ય સાથે કેવું વર્તન કરવું

૧. દરેક વ્યક્તિને એક અજોડ ભેટ તરીકે લો. આપણે દરેક આપણાં આંગળાંની છાપ જેટલાં જ અજોડ છીએ અને આ દુનિયાની બીજી એક પણ વ્યક્તિ દુનિયાને બરાબર એ જ રીતે નથી જોવાની જેવી રીતે તમે જોશો. આદર, માન અને ભેદભાવોને માણવા; આ એ બાબતો છે જે આપણને વિશિષ્ટ બનાવે છે. આ મુદ્દો સમજાવવા માટે, હું વીલીયમ મેકના

મારાને ટાંકીશ, જેણે લખ્યું છે : “એક વખત હું એક મહાલય પાસે રહેતો હતો, જ્યાં કામે રખાયેલા ઘણા માળીઓ પૈકીનો એક દરેક ગુલાબને ઉછેરવામાં સફળ થયો હતો. મેં તેને તેની સફળતાનું રહસ્ય પૂછ્યું. તેણે મને કહ્યું કે બીજા માળીઓ બધાં ગુલાબોને ખરાબ રીતે નહોતા સાચવતા પરંતુ ઘણા જ સર્વ સામાન્ય રીતે સાચવતા હતા. તેઓ તેમને એક સરખી જ રીતે સંભાળતા હતા; જ્યારે તે દરેક ગુલાબને અલગ રીતે નીહાળતો હતો અને દરેક છોડની તેની પોતાની માટી, સૂર્ય, હવા, પાણી, ટેકા તથા આશ્રયની વિશિષ્ટ જરૂરિયાતને અનુસરતો હતો.”

૨. તમારા માટે જે સત્ય છે તે બોલો. મહાન નેતાઓ નિર્બળ હોય છે. મહાન નેતાઓ તેમની નબળાઈઓ ખૂલ્લી પાડે છે અને તેમની માનવતા દર્શાવે છે. મહાન નેતાઓ હંમેશાં જુસ્સાપૂર્વક જીવે છે અને કોઈ પણ તકને તેમનાં હૃદય વડે વાત કર્યા વગર છટકી દેવા દેતા નથી. હું મારાં વક્તવ્યમાં કહું છું તેમ : “કોઈ મદદ માટે તમારા તરફ હાથ લંબાવે તે પહેલાં, તમારે તેમનાં હૃદય સુધી પહોંચવું જોઈએ.”

૩. તેમની દૃષ્ટિથી જુઓ. માણસો વચ્ચે સપાટી પર આવતી મોટાભાગની સમસ્યાઓ સામા માણસની દૃષ્ટિથી જોઈ શકવાની નિષ્ફળતામાંથી ઊભી થાય છે. જો આપણે યાદ રાખી શકીએ કે બધી જ માનવ ભૂખ પૈકીની સૌથી મહત્વની ભૂખને સમજવાનું અને પછી સામી વ્યક્તિની દૃષ્ટિથી પરિસ્થિતિને જોવા તથા પ્રયત્ન કરી જોવા માટે સમય કાઢવાની જરૂર છે, તો કાર્યસ્થળે અને દુનિયાની અંદર, બંને જગ્યાઓએ ઘણો ઓછો ખટરાગ અને ઘણી વધારે સંવાદિતા હશે.

૪. નમ્ર બનો. પીટર ડ્રકરે એક વખત કહ્યું હતું : “સારી રીતભાત એ એક તંત્ર માટે ઉંજણ છે.” વ્યાપારમાં આગળ વધવા માટે તમારે સંબંધોને ઉંડા બનાવનાર બે મુખ્ય શબ્દો ‘પ્લીઝ’ અને ‘થેન્ક યુ’ યાદ રાખવા જરૂરી છે. ‘પ્લીઝ’નો ઉપયોગ એવાં સીગ્નલો મોકલે છે કે તમે સામા માણસને માન આપો છો. ‘થેન્ક યુ’ નો ઉપયોગ દર્શાવે છે કે તમે સામા માણસની કદર કરો છો. વ્યાપારમાં સફળતા મેળવવી તે મોટી બાબતો નહીં પણ નાની બાબતોની સંભાળ લેવા વિશે છે. માયાળુતાનાં એ રોજીંદાં કાર્યો તમને જે લોકોની સાથે રહીને કામ કરવાનો વિશેષાધિકાર મળ્યો છે તે લોકો સાથે જોડે છે અને જ્યારે તમે ખરી અને ટકાઉ રીતે તેમની સાથે જોડાઈ જાવ છો, ત્યારે વ્યાપારનાં પરિણામો હંમેશાં પોતાની વાત કહેવા લાગે છે.

એવાં લક્ષ્યો કેવી રીતે ગોઠવવાં જે તેમને પોતાને જ મેળવી લે

- તેમને લખી લો. મેં મારાં પુસ્તક “ફેમીલી વીઝડમ ફ્રોમ ધ મોન્ક હુ સોલ્ડ હીઝ ફરારી”માં લખ્યું છે તેમ : જે લખી લેવાઈ છે તે બાબતો એવી છે જે થઈ ગયા બરાબર છે. તમારાં લક્ષ્યોને લખી લેવાં તે તમારી ચેતનામાં પ્રજવળી ઉઠે છે અને તેમની આસપાસ તમારી જાગૃતિને ઉત્તેજે છે.

- તેમનું દરરોજ મુલ્યાંકન કરો. જેનું માપ નહીં લેવાય તેમાં નિપુણતા નહીં આવે. દર ત્રણ મહિને તમારાં લક્ષ્યોને ફરી જોઈ જવાં તે નિરર્થક છે. છેવટે ૫ મિનિટ પણ, તેમના પર દરરોજ ધ્યાન આપવું તે સિધ્ધ કરવાની ચાવી છે. આ રીતે, તેમનું સતતપણે મુલ્યાંકન કરી શકાશે અને તમે તેના માર્ગમાં પણ વારંવાર સુધારા કરી શકશો. હું મારાં દરેક લક્ષ્યમાં થયેલ પ્રગતિને રોજીંદા ધોરણે ૧ થી ૧૦ નો ક્રમ આપું છું. આ બાબત મને હું મારા દિવસોમાં શું યોગ્ય કરું છું અને શેમાં સુધારો કરવો જરૂરી છે તેના વિશે એકદમ સજાગ રાખે છે.

• તેમને અન્યો સાથે શેર કરો. માસ્ટર માઇન્ડ સહયોગીઓમાંથી, તમારાં લક્ષ્યો શેર કરવા માટે, તમારી વ્યુહરચનાઓ ચર્ચવા માટે તથા તમારી સફળતા વહેંચવા માટે દર અઠવાડિયે મળવા માટે તમારા વિશ્વાસુ હોય તેવા થોડાકની સૂચી બનાવો.

• તમારાં મનની દૃષ્ટિ મુજબ જીવો. દર સવારે ૫ મિનિટ તમારાં ભવિષ્યની ભવ્ય કલ્પના - તમારી કલ્પનાના મુવી સ્ક્રીન પર તમારાં બધાં લક્ષ્યોનો કુલ સરવાળો - ની છબી નિહાળો. બધી બાબતો બે વખત બને છે : પ્રથમ તમારાં મનનાં ચક્ષુ સમક્ષ અને પછી વાસ્તવિકતામાં. હરીફાઈનો કેવી રીતે "નવસર્જન, દેખાવ તથા વિચાર" કરવો.

વ્યાપારની આ નવી દુનિયામાં આપણે આપણી અંદરથી કામ કરતા હોઈએ તેવું લાગે છે, યોજનાઓ સફળતાની ખરી જણસ છે. હું મારાં વક્તવ્યોમાં કહું છું તેમ : "નવી અર્થવ્યવસ્થામાં સૌથી મહાન નેતાઓ એ હશે જેઓ સૌથી મહાન વિચારકો બનવા માટે સમર્પિત છે." આપણે એવી દુનિયામાં રહીએ છીએ જ્યાં, એક મનની અંદર સેવાયેલ એક વિચાર આપણે જે વસ્તુઓ કરીએ છીએ તેની રીત બદલી નાંખી શકે. તમે અને તમારું જુથ નવસર્જન તથા કલ્પનાની એક નવી સંસ્કૃતિ ઘડી શકો તેને માટેની ચાર સાદી રીતો અહીં આપી છે :

૧. દરેક કામને એક સાહસ તરીકે જુઓ. નવી દૃષ્ટિ વિકસાવો અને તમે કામને વધુ જીવંત રીતે, બાળક જેવી રીતે કરો છો તે જોવો. તમારી માનસિકતાને, સૌથી ભૌતિક કામને તમારા તંત્ર તથા તેના ગ્રાહકો માટે વિકાસ તથા મુલ્ય ઉમેરવાની તક તરીકે જોવા પર લઈ જાવ.

૨. તમારાં વાતાવરણને ફરી આકાર આપો. મારાં બેસ્ટસેલર પુસ્તક "હુ વીલ ક્રાય વ્હેન યુ ડાય ?"માં મેં સૂચવ્યું છે કે આપણે બધાં એક શુધ્ધ વાતાવરણ સર્જીએ, એવું, જે જીવનનાં મેદાનમાં તંદુરસ્ત વિચારો અને ટોચના દેખાવોને આગળ વધારે. તમારી આસપાસનાં વાતાવરણની ગુણવત્તા તમારા વિચારોની ગુણવત્તા પર ખૂબ જ અસર કરે છે. તમારાં કામની જગ્યાએ પ્રેરણાત્મક પોસ્ટર્સ તથા ઉક્તિઓ નજરે પડે તેમ લગાડેલ હોય, તે સુઘડ અને સ્વચ્છ હોય અને જ્યાં કામ કરવાની મજા આવે તેવું સ્થળ હોય. યાદ રાખો, જે કંપની સાથે મળીને રમે છે તે જ સાથે રહે છે.

૩. "બુધ્ધિશાળી નિષ્ફળતાઓ"ને નવાજો. મેં આપણને એ યાદ કરાવવા માટે "બુધ્ધિશાળી નિષ્ફળતા" શબ્દ પ્રયોજ્યો છે કે મહાન વિજયોની પહેલાં હંમેશાં અસંખ્ય નિષ્ફળતાઓ મળેલી હોય છે. નિષ્ફળતા એ સફળતા તરફ લઈ જતો ધોરીમાર્ગ છે અને ભૂલો કરવી તે વ્યાપાર (અને જીવન) ની મોટી જીતો માટેનો માર્ગ છે. જેમણે પહેલ કરી છે પરંતુ પ્રથમ વારમાં બરાબર સફળ નથી થયા તેવા તમારા જુથના સભ્યને સજા કરવાને બદલે, તેમને ઘરેડ તોડવા માટે તથા સુંદર જોખમ ઉઠાવવા બદલ નવાજો. આ વસ્તુ તમારાં કોર્પોરેટ કલ્ચરમાં "નવસર્જનનું મહત્વ છે." તેવો સંદેશ મોકલશે !

૪. કુદરતમાં સમય વિતાવો. "ધ મોન્ક, હુ સોલ્ડ હીઝ ફરારી"ના ઘણા વાચકોએ મને ઇમેઇલ કર્યા છે કે કુદરતમાં નિયમિત પણે સમય વિતવવાનાં મારાં સૂચને તેમને લાખેણા વિચારો આપ્યા છે, જેમણે તેમનાં વ્યાવસાયિક તથા અંગત બંને જીવન સુધાર્યા છે. પ્રકૃતિ સાથેની નિકટતા તમને ફોનની ઘંટડીઓ તથા ઊડતા ફેક્સથી દૂર કરે છે અને તમારી અંદરના વધુ ઉચ્ચ ભાગ, જે અંતઃસ્ફુરણા વાળો, શાણો અને કલ્પનાશીલ છે, તેની સાથે જોડે છે. હું

જ્યારે જંગલોમાં ચાલવા જાઉં છું ત્યારે હંમેશાં મારી સાથે ડીક્ટાફોન લઈ જાઉં છું કારણ કે તે સમયે મને જે શ્રેષ્ઠ વિચારો આવે છે તે પકડી લેવા અતિઆવશ્યક હોય છે.



મને ઘણા બધા ઉચ્ચ દેખાવકર્તા સીઇઓ તથા અતિ સફળ નાણાકીય વ્યાપારીઓના અંગત લાઇફ કોચ બનવાનો વિશેષાધિકાર મળ્યો છે. મને કરાતી તેમની મુખ્ય વિનંતીઓ પૈકીની એક આવી લાગે છે : "રોબીન, મારી પાસે જે મર્યાદિત સમય છે તેમાં મારે કરવી જરૂરી છે તેવી બધી વસ્તુઓ કેવી રીતે પૂરી કરી શકાય, એક સરસ ભાગીદાર અને વાલી બનવું અને છતાં મારાં આંતરિક જીવનને પોષવા માટે થોડોક સમય કાઢી લેવાનું કેવી રીતે બની શકે ?" અહીં ૫ સાદાં આચરણો આપ્યાં છે જે હું તેમને કહું છું :

૧. આવતાં અઠવાડિયાં માટે કલ્પના અને પછી આયોજન કરવા માટે દર રવિવારની સવારે અથવા રાત્રે ૯૦ મિનિટ ફાળવો. સૌ પ્રથમ એજ તમારું શ્રેષ્ઠ અઠવાડિયું હોય તેવું માનસિક ચિત્ર તૈયાર કરીને તેમાં પરોવાઈ જાવ (તેમાં શક્ય તેટલા રંગો તથા લાગણીઓ ભરો). તમે કાર્યસ્થળે તથા ઘરમાં તમારી જાતને ઉચ્ચતમ સ્તરે કામ કરતી નિહાળો. તમારા દરેક દિવસની દરેક ક્ષણે તમને મજા આવતી હોય તથા તમે મહાન પસંદગીઓ કરતા હો તેવું અનુભવો. પછી આ કલ્પનાને તમારી નોંધપોથીમાં સંપૂર્ણ વિગત સાથે તથા પ્રતિબધ્ધ રીતે નોંધી લો. માત્ર તમારા કાર્યક્ષેત્રના ઇરાદાઓ જ નહીં પરંતુ તમે ઘરમાં તથા તમારા પોતાના તરફ પણ શું કરવા માટે સમર્પિત છો તે પણ લખી લો. એક વખત આટલું થઈ જાય એટલે તમારા આયોજન પત્રક અથવા ટેબ્લેટમાં પછીના ૭ દિવસનું ચોકસાઈપૂર્વક આયોજન કરી લો.

૨. રોજ સવારે એક કલાક વહેલા ઉઠવા માટે તમારી જાતને શિસ્તબધ્ધ કરો. આપણામાંના મોટાભાગના જરૂર કરતાં ઘણું વધારે સૂઈએ છીએ. જ્યારે આપણે ઊંઘમાં હોઈ ત્યારે જીવન સરકી જાય છે. હા, એલીટ પર્ફોર્મન્સ તથા તંદુરસ્ત જીવન માટે યોગ્ય ઊંઘ આવશ્યક છે. પરંતુ વધારે પડતી ઊંઘ તમને તમારા ભાગ્ય પર દાવો કરવાની તકથી દૂર કરે છે.

૩. તમારાં શ્રેષ્ઠ કામ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો અને બાકીનું બીજાને સોંપી દો. આપણા બધાની ચોક્કસ પ્રવૃત્તિઓ હોય છે જે, જ્યારે આપણે તેમને કરીએ ત્યારે, આપણાં શ્રેષ્ઠ અઠવાડિયાંનું સર્જન કરે છે. મારે માટે, આ પ્રવૃત્તિઓમાં "ગ્રાહકો સાથે સમય આપવો," એકાંતમાં સમય ગાળવો, જેથી હું એવા સર્જનાત્મક વિચારો પકડી શકું જે મને મારાં પુસ્તક, કોચીંગ તથા વ્યાખ્યાનો માટે વિષય વિકસવવામાં મદદ કરે, મારાં જુથ સાથે અમારાં વિઝન અને વાંચન વિશે વાતચીત કરવામાં ગાળવાનો સમય જેથી હું ધારદાર તથા કેન્દ્રિત રહી શકું, વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. તમારી નોંધપોથીમાં, સૌથી મહાન પરિણામો સર્જવા માટે મોટાભાગનો સમય તમારે કઈ વસ્તુઓ કરવી જોઈએ તેના વિશે પોતાની જાત સાથે લેખીત વાર્તાલાપમાં પરોવાવ. પછી અથવા સમયને બગાડનાર, ઓછા મહત્વનાં કામો જે તમારા દિવસો તથા સ્વપ્નોમાંથી જીવન ચૂસી લે તેવાં કામો કરવાનું છોડી દો અથવા બીજાને સોંપી દો.

૪. દરરોજ સવારે આગલા દિવસની ત્રણ જીતને ઉજવો. તમારી ગતિ તથા ઊર્જાને ઉચ્ચ રાખવામાં મદદ માટે આ એક શક્તિશાળી રીત છે. દિવસની ૩ વસ્તુઓ તમને તમારી શ્રેષ્ઠ રમત રમવામાં મદદ કરે તે પહેલાં તેમને લખી લો. તે કસરત કરવાનું, મોટા વેચાણ માટે કોલ

કરવાનું, તમારા જીવનનાં ધ્યેય સાથે જોડાવા માટે સમય કાઢવાનું અથવા પડકારજનક ક્ષણે માયાળુ રહેવાનું હોઈ શકે. તમારા દિવસની શરૂઆતમાં જીત સાથે જોડાવું તે તમને સફળતા માટે તૈયાર કરે છે.

૫. તમારી જાતને સતત આ ૨ પ્રશ્નો પૂછો : 'આ ક્ષણે હું જે કરું છું તે મારા સમયનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ છે ?' તથા 'આ પ્રવૃત્તિ મને મારાં લક્ષ્યની વધુ નજીક લઈ જાય છે કે દૂર કરે છે ?'

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"બધી જ અશ્રેષ્ઠ બાબતોને - અત્યારે જ - અટકાવી દેવી તે શ્રેષ્ઠતા તરફનો માર્ગ છે."
– ટોમ પીટર્સ

"સારી વ્યક્તિ કેવી હોઈ જોઈએ તેના વિશે વાત કરવાનું છોડો અને માત્ર તે વ્યક્તિ બનો."
– માર્કસ ઓટેલીયસ

"છેલ્લે ક્યારે તમે તમારા સાથી કાર્યકર સાથે હવામાન અથવા તમારી પ્રિય રમત વિશે નહીં, પરંતુ તમારી જીંદગીઓ વિશે વાતચીત કરી હતી ?"
– ટોમ ચેપલ, ટોમ્સ ઓફ માઇનના સ્થાપક

બદલાવમાં નિપુણતા માટે ૨ બોધપાઠો

૧. એ સમજો કે પ્રકૃતિ એ બદલાવની જ વાત છે. દુનિયા સમયહીન અને અવિરત કુદરતી નિયમોની એક શ્રેણી હેઠળ ચલાવાય છે. તમારી જીંદગીને આ નિયમો સાથે જોડી દો તો તમારું જીવન કામ કરે છે. તેમની વિરુદ્ધ કામ કરો અને આ પ્રતિકાર સ્વાભાવિક રીતે જ તમારાં જીવનને અરાજકતામાં ધકેલી દે છે. પ્રકૃતિને બદલાવ ગમે છે તે આમાંનો એક નિયમ છે. ઋતુઓ બદલાય છે, હવામાન બદલાય છે. પ્રાણીઓ જન્મે છે, પુખ્ત બને છે અને મૃત્યુ પામે છે અને એવું જ આપણાં જીવન સાથે છે - તે બદલાવની એક શ્રેણીની જેમ ઉઘડે છે. એ માત્ર આપણી અંદરનો ડર છે, જે આપણને બદલાવનો પ્રતિકાર કરવાનું તથા તેનાથી ભાગી છૂટવાનું કારણ બને છે. સત્ય એ છે કે બધા બદલાવો સારા છે. તે આપણને વિકસવા તથા ઉત્ક્રાંત થવાનું કારણ બને છે અને તે આપણને આપણે ખરેખર કોણ છીએ તેનો પરિચય આપે છે. જ્યારે તમે બદલાવનો પ્રેમ કરવાનું અને જીવનની અનિશ્ચિતતામાં નૃત્ય કરવાનું શીખો છો (અને આ શીખેલી કુનેહ છે) ત્યારે તમે તમારી શક્યતાઓ તથા તમારી શ્રેષ્ઠ રીત તરફ તમારી જાતને ખૂલ્લી કરો છો.

૨. યાદ રાખો કે જે વ્યક્તિ સૌથી વધારે અનુભવ કરે છે તે જીતે છે. જ્યારે મને એક તંત્ર વડે તેમના કર્મચારીઓને એલીટ પર્ફોર્મસમાં ફેરવવામાં મદદ કરવા માટે રોકવામાં આવે ત્યારે જે વિનંતી કરવામાં આવે છે તે આવી હોય છે : "અમે જેનો અનુભવ કરીએ છીએ તે બધા ફેરફારોને કેવી રીતે સંભાળવા તે તેમને દેખાડો (આ ફેરફારો એક મર્જર અથવા નવા આર્થિક લેન્ડસ્કેપ્સ અથવા પુનઃવ્યવસ્થાપન તરીકે થતા હોય છે.)" હું જુથ સાથે જે વ્યુહરચનાનું આદાન- પ્રદાન કરું છું તે હંમેશાં તે ફેરફાર આપણા જીવનમાં જે અંગત મુલ્ય લાવે છે તેની આસપાસ કેન્દ્રિત હોય છે. ફેરફાર આપણી દુનિયાને જોવાની રીતે બદલી નાખવાનું કારણ બને છે. બદલાવને જ્યારે મનથી અપનાવી લેવાય ત્યારે તે આપણને કંટાળા અને ફરજિયાતપણામાંની બહાર કાઢીને તમારા શ્રેષ્ઠ સ્વને ઉચ્ચતર સ્તરે લઈ જાય છે. બદલાવ

અગાઉ સુષુપ્ત રહેલી તકોને જોવામાં મદદ કરે છે. આપણે અનુભવી શકીએ તેવા સૌથી પીડાદાયક બદલાવો, જેમ કે છૂટાછેડા, અકસ્માતો, બીમારી અથવા મૃત્યુ પણ આપણને શક્તિશાળી બોધપાઠો આપે છે. મનુષ્ય તરીકે આપણી પાસે એક પસંદગી છે : આપણે બદલાવનો પ્રતિકાર કરીને તૂટી જઈ શકીએ અથવા આપણે બદલાવને સ્વીકારી લઈએ અને તે જે લાગણી ઊભી કરે છે તેનો અનુભવ કરી શકીએ અને પછી આપણી શક્તિના સાચા પ્રકાશ વડે સભાનપણે તેનો પ્રત્યાઘાત આપી શકીએ.

૩. એ યાદ રાખો કે તે જોખમી છે પરંતુ આ દુનિયામાં, એમાં જ બધાં ફળ (પરિણામો) રહેલાં છે. તમારી મૃત્યુશય્યા પર, તમારાં હૃદયને સૌથી મોટા પશ્ચાતાપથી જે વસ્તુ ભરી દેશે, તે તમે લીધેલાં જોખમો નહીં હોય. તમારી છેલ્લી ક્ષણોમાં જે વસ્તુ તમને સૌથી વધારે ઉદાસ કરશે તે હશે. તમે જે જોખમો ઉઠાવવામાં નિષ્ફળ ગયા તે, એ બધી જ તકો જેને તમે પકડી ન લીધી, અને એ બધી જ વસ્તુઓ જે તમે ન કરી. લોકો જ્યારે તેઓ વિકસી રહ્યા હોય અને તેમનું જીવન પાતળી ધાર પર જીવી રહ્યા હોય ત્યારે સૌથી વધારે ખુશ હોય છે. ખરેખર તો, જ્યારે આપણે આપણા ડરનો સામનો કરી રહ્યા હોઈએ, પડકારો પર કામ કરી રહ્યા હોઈએ તથા અણધારી વસ્તુઓનો પ્રત્યાઘાત આપી રહ્યા હોઈએ ત્યારે આપણે સૌથી વધારે જીવંત હોઈએ છીએ. જ્યારે તમે તમારાં ઉંડાણમાંથી જાણો છો કે આ “વિકાસ/જીવનની તકો” તમારી સૌથી પ્રમાણિક જીંદગી માટે નીસરણી જેવી છે તો તેનો પ્રતિકર શા માટે કરવો ?

ઉચ્ચ ઊર્જા અને ટોચનાં આરોગ્ય માટે મારી વ્યક્તિગત રીતો

જ્યારે હજી તમે તમારું શ્રેષ્ઠ વર્ષ સર્જવા માટેના દિવસોમાંથી પસાર થઈ રહ્યા છો ત્યારે તમારી ઉચ્ચતમ રમત રમવા માટે તમારામાં ઊર્જા, જીવનશક્તિ અને સારું આરોગ્ય હોય તે અતિઆવશ્યક છે. હું તંદુરસ્ત રહેવા માટે જે કેટલીક વિધીઓને અનુસરું છું તે અહીં આપી છે :

૧. સાંજે ૭ વાગ્યા પછી કંઇ ન ખાવ.

૨. આખા દિવસમાં પુષ્કળ પાણી પીવો.

૩. દરરોજ તાજો કાઢેલો ફળોનો રસ પીવો.

૪. દરરોજ વિટામીન્સ તથા મીનરલ્સ લો.

૫. ઓછું જમો.

૬. અઠવાડિયામાંજ થી ૫ વખત (વજન તથા હૃદયની) કસરત કરો.

૭. એક અંગત ટ્રેનર રાખો(આ સારી રીતે ખર્ચેલ પૈસા છે.)

૧૭
તમારી છાપ પાડો



મારે એક એકરાર કરવાનો છે : આજકાલ કોઈક કારણસર હું નિયમિત ધોરણે શોકાંજલીઓ વાચું છું. શા માટે તે વિશે બહુ ખાતરી નથી. મને લાગે છે કે, મોટાભાગના માણસોની જેમ, આપણે આપણા જીવનના મધ્યભાગમાં પહોંચીએ ત્યારે - ભલે પછી આપણે ગમે તેટલું લાંબું જીવીએ - આપણે આપણી મરણાધીનતા સાથે જોડાઈએ છીએ અને આપણા દિવસો ગણાવા લાગ્યા છે તેનો ખ્યાલ આવે છે. તમે એવું વિચારી શકો છો કે એ હકીકત કે એક દિવસ તમે મૃત્યુ પામશો તે ધ્યાનમાં લેવા જેવી હતાશાજનક બાબત છે. મારે માટે તેનાથી બરાબર વિરુદ્ધ છે - મરણાધીનતા સાથે જોડાવું તે મારા દિવસોમાં વધારે પ્રાણ ફૂંકે છે. તે મને ઊર્જાવાન બનાવે છે. તે મને મારું શ્રેષ્ઠ પ્રદાન કરવાની, મારા માર્ગમાં આવતી દરેક તકને પકડી લેવાની તથા કંઈક ઉચ્ચતર માટે ઊભા થવાની ઇચ્છા આપે છે.

આવતા ૩૦ દિવસોમાં, બીજા કાંઈ પણકરતાં તમે જેના પર વધારે ધ્યાન આપો તે માટે હું તમને પ્રોત્સાહિત કરવા માગું છું તે આ છે : “તમારો વારસો શું હશે ? તમે આ પૃથ્વી પર વસ્યા હતા તે વિશે તમારી પછી આવનાર પેઢીઓને દેખાડવા માટે તમે તમારાં કેવાં પગલાંની છાપ છોડી જશો ? તમારી અંગત છાપ શું હશે ?”

એક સારીરીતે જીવાયેલ જીવન કેવું લાગે તેના વિશે મને શીખવા મળે તે માટે હું શ્રધ્ધાંધજલીઓ વાંચું છું. હું સારા લોકોમાંથી મારે શું કરવું તે અને એટલા સારા ન હોય તેમનામાંથી શું કરવાનું ટાળવું તે શીખું છું. ઘણા બધા લોકો જ્યાં સુધી તેઓ લગભગ મરવા ન પડે ત્યાં સુધી જીવન ખરેખર શા માટે છે તે સમજતા નથી. હું તેઓ પૈકીનો એક બનવા માંગતો નથી અને હું ધારું છું કે તમે પણ એમ જ ઇચ્છો છો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“રમતો એ છાનબીનનું સૌથી ઉન્નત સ્વરૂપ છે.”

– આલ્બર્ટ આઇન્સ્ટાઇન

“બિનપરંપરાગત વિચારો વિચારવાનું જોખમ ખેડવું તે સફળતાની ચાવી છે.”

– ટ્રેવર બેલીસ

“મોટાભાગના લોકો જેને નિષ્ફળતા તરીકે જુએ છે તે વસ્તુઓ સફળતાની સીડી હોય છે.”

– માલ્કમ બ્રીકલીન

“સફળતા એમ જ નથી બનતી. તેને માટે પ્રયાસો તથા સમર્પણ જરૂરી છે. અસામાન્ય લોકો એ છે જેઓ સામાન્ય લોકો જે વસ્તુઓ કરવા નથી ઇચ્છતા તે કરવા ઇચ્છે છે.”

– રોબીન શર્મા

હાર્વી કેટલ અને તક માટેની બારીઓ

હું હંમેશાં યોગ્ય જ કરું તેવું જ નથી થતું. મહેરબાની કરીને એ જાણી લો કે હું જે કહું તે

જ કરવા માટે અને હું જે બોલું તેવો જ દેખાવા માટે ખૂબ જ કપરા પ્રયાસો કરું છું. પરંતુ હું માણસ છું, અને તેનો અર્થ છે કે હું ક્યારેક લપસી જાઉં છું. હું આમ કહેવા માગું છું.

હું જ્યારે મારાં પુસ્તકોના વાચકો તેમજ જેઓ મારી વર્કશોપ્સમાં ભાગ લે છે તેઓ મારી સામે આવે છે ત્યારે તેમને "તમારા ડરની સામે જાવ" તથા "તક ને પકડી લો" માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં પુષ્કળ સમય વિતાવું છું. હું મારા ગ્રાહકોને સ્વપ્ન જોવા, ઝળહળવા તથા હિંમત કરવા માટે પડકારું છું કારણ કે મારે માટે, એક સારી રીતે જીવાયેલ જીવન એ તમારા ઉચ્ચતમ તથા શ્રેષ્ઠ સુધી પહોંચવા વિશે છે. મોટાભાગના વખતે, હું મને ડર લગાડતાં સ્થાનોની મુલાકાત લેનાર તથા જે વસ્તુઓ મને અસ્વસ્થ બનાવે તે જ કરતો પોસ્ટર બોય હોઉં છું. પરંતુ હમણાં હમણાં હું તેમ નથી કરતો. સોરી.

હું ટોરન્ટોનાં ડાઉનટાઉનમાં ધ ફોર સીઝન્સની લોબીમાં એડવાન્સ્ડ મેડીકલ ઓપ્ટીક્સ નામની એક કંપની જે અમારા ઘણા જૂના કોચીંગ ગ્રાહક છે અને એક પ્રભાવશાળી તંત્ર છે, તેને માટે એક વક્તવ્ય આપવાની તૈયારી કરતો ઊભો હતો. મેં ઉપર જોયું, અને કલ્પના કરો કે મેં કોને જોયા ? હાર્વી કેટલ. હા, હાર્વી "રીઝર્વોયર ડોગ્સ બીગ મુવી સ્ટાર" કેટલ અને જેણે "ધ મોન્ક" લખી છે તે માણસ શું કરે છે ? હું સંકોચાઈ ગયો.

મને ખબર નથી કે શા માટે હું ઊભો ન થયો અને તેની સામે ન ગયો અને એક નવો મિત્ર ન બનાવ્યો. મેં એવું શિકાગોનાં એરપોર્ટ પર બેઝબોલના દંતકથા સમાન ખેલાડી પેટ રોઝ સાથે કર્યું છે. (અમે પછી છેક ફોનીક્ષ સુધી એક બીજાની બાજુમાં જ બેસીને મુસાફરી કરી.) ગયે મહિને મેં એ જ વસ્તુ રોમની એક હોટેલની લોબીમાં દુનિયાના સૌથી મહાન ફાઇનાન્સર હેન્રી ક્રેવીસ સાથે કરી. (હું મારાં બાળકો સાથે હતો અને કોલ્બી ને લાગ્યું કે તે કૂલ હતો.) મેં જ્યારે સેનેટર એડવર્ડ કેનેડીને બોસ્ટનમાં જોયા ત્યારે પણ મેં તેમ જ કર્યું. મેં ગીટારના મહારથી એડી વાન હેલન સાથે પણ જ્યારે હું નોવાસ્કોશીયાનાં હેલીફેક્ષમાં ઉછરતો બાળક હતો ત્યારે તેમ જ કરેલું. પરંતુ મેં હાર્વી કેટલ સાથે સંપર્ક કરવાની તક ગુમાવી.

જીવન દરરોજ તમને તકની નાની નાની બારીઓ મોકલશે. આપણે તકની બારીઓનો કેવી રીતે પ્રત્યાઘાત આપીએ છીએ તેના પર છેવટે આપણું ભાગ્ય નક્કી થાય છે. તેમનાથી સંકોચ રાખો અને તમારું જીવન નાનું બની જશે. ડરનો અનુભવ કરો અને ગમે તેમ કરીને તેના તરફ ધસી જાવ. તો તમારું જીવન મોટું બની જશે. તમારાં બાળકો સાથે પણ તેમની સર્વોચ્ચ શક્તિને બચાવવા માટે તથા તેમનો વિકાસ કરવા માટે તમારી પાસે માત્ર એક નાનકડી બારી જ હોય છે અને તેમને બિનશરતી પ્રેમ કેવો લાગે છે તે દેખાડવા માટે પણ. જ્યારે તે બારી બંધ થઈ જાય છે ત્યારે ફરી ક્યારેય નથી ખૂલતી.

જો હું હાર્વી કેટલને ફરી જોઈશ તો હું તમને વચન આપું છું કે હું તેના તરફ ધસી જઈશ. અમે વાત કરવાનું શરૂ નહીં કરીએ ત્યાં સુધી તે કદાચ એમ માનશે કે હું એક સેલીબ્રીટીનો પીછો કરનાર છું અને પછી તેને સત્યની ખબર પડશે : હું માત્ર એવો માણસ છું જે જીવન મારી સામે જે ભેટ ધરે છે તેને ઝૂંટવી લે છે.



માણસોને પડકારાવા માટે જ તૈયાર કરાયા હતા. આપણા વ્યાવસાયિક તેમજ અંગત જીવનના પડકારો આપણી અંદરથી આપણી મહાનતા કાઢી લેનારા તથા આપણી પ્રસન્નતા હચમચાવી નાખનારા હોય છે. પડકારો આપણને ખેંચાઈ જવાનું કારણ બને છે તથા આપણને અનિયંત્રિત કરી દે છે. પડકાર આપણને આપણી સૌથી મહાન ભેટ શોધવામાં, ઉચ્ચતમ ક્ષમતાઓ શોધવામાં તથા આપણી આધારભૂત જાતને શોધવામાં મદદ કરે છે.

આવતા ૩૦ દિવસોમાં હું નમ્રતાપૂર્વક તમને નીચેના પડકારો આપું છું.

- હું તમને એવી દુનિયામાં સ્વપ્નદૃષ્ટા બનવાનો પડકાર આપું છું જ્યાં ઘણા બધા લોકોએ તેમનાં સ્વપ્નોને ચાલુ રાખવાનું છોડી દીધું છું.
- હું તમને એવી દુનિયામાં તમે જાણતા હો તે બધા કરતાં વધારે સકારાત્મક વ્યક્તિ બનવાનો પડકાર આપું છું, જ્યાં નકારાત્મકતા પ્રવર્તે છે અને ભાવના શૂન્યતાને કૂલ ગણાય છે.
- હું તમને તમે જેનાથી ડરો છો તેવી ૩ વસ્તુઓ કરવાનો તથા જે સ્થળો તમને ડરાવે છે તેની મુલાકાત લેવાનો પડકાર આપું છું. (કારણ કે તમારા ડર તમારાં શ્રેષ્ઠ જીવનનાં પ્રવેશદ્વાર છે.)
- હું તમને નિયમિતપણે કસરત કરવાનો, નિર્દોષ વસ્તુઓ ખાવાનો તથા તમારાં શરીરની એક મંદિરની જેમ માવજત કરવાનો પડકાર આપું છું.
- હું તમને એક વધુ સારા સાથીદાર, વધુ પ્રેમાળ વાલી તથા વધુ ઉમદા માણસ બનવાનો પડકાર આપું છું.
- હું તમને દરરોજ સવારે "પવિત્ર કલાક"માં ૬૦ મિનિટ ગાળવાનો અને તમારું જીવન તમે શેના વિશે વિતાવવા ઇચ્છો છો તેના પર વિચાર કરવાનો તથા કશુંક ઉંડાણભર્યું તથા પ્રેરણાત્મક વાંચવાનો પડકાર આપું છું.
- જે સમાજમાં ઘણા બધા લોકો મામૂલીપણું સ્વીકારી લે છે તેમાં તમારી જાતને શ્રેષ્ઠતા માટે સમર્પિત કરવાનો પડકાર આપું છું.
- હું તમને વધારે પડતા અંધકારથી ભરેલા આ ગ્રહ પર પ્રકાશ બનવાનો તથા દરરોજ સારાં કાર્યો - તેના તરફ કોઈનું ધ્યાન ન જાય તોપણ - કરવાનો પડકાર આપું છું.

હું તમને આ મહિનાને અસામાન્ય મહિનો બનાવવા માટે ઉપલબ્ધ હોય તે બધી જ પસંદગીઓ કરવાનો પડકાર આપું છું. હું તમને મેં કહેલી વાતો પકડી લેવાનો તથા તેના પર વિચાર કરવાનો પડકાર આપું છું જેથી તે તમને પગલાં ભરવા માટે પ્રેરણા આપે, હું તમને આજ ક્ષણે તમે ખરેખર કોણ છો તે યાદ કરવાનો પડકાર આપું છું. મહાન બનવા માટે ઊભા થાવ.

"સૌથી ઉમદા ઇરાદા કરતાં સૌથી નાનું કાર્ય હંમેશાં વધુ સારું છે."

– રોબીન શર્મા, "હુ વીલ ક્રાય વ્હેન યુ ડાય ?"

"મુક્તિ એ જીવનનું એક માત્ર લાયક લક્ષ્ય છે. તે આપણાં નિયંત્રણની બહાર છે તેવી બાબતો ઉપેક્ષા કરવાથી કરાય છે. જો આપણાં મન ડરની શોકજનક કડાઈ જેવાં છે તો આપણું હૃદય હળવું ન હોઈ શકે..."

– એપીક્ટેટ્સ, અ મેન્યુઅલ ફોર લીવીંગ

"જ્યારે એક માણસ એક પછી એક ભારે દુર્ભાગ્ય સ્વસ્થતાથી સહન કરી લે છે - એટલા માટે નહીં કારણ કે તેને તેનું દુ:ખ નથી થતું, પરંતુ કારણ કે તે એક ઉચ્ચ મનની વ્યક્તિ છે - ત્યારે તેના આત્માનું સૌંદર્ય ઝળહળી ઉઠે છે."

– એરીસ્ટોલ

વધુ સારા વાલી બનવાની રીતો

૧. તમારાં દરેકે દરેક બાળક સાથે અઠવાડિયે એક "અંગત મુલાકાત" રાખો જેથી તમે વધુ ઉંડા સ્તરે તેમની સાથે જોડાઈ શકો.

૨. જ્યારે તમે પણ નોંધપોથી લખતા હો ત્યારે રોજ રાત્રે તમારાં બાળકને પણ નોંધપોથી લખવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવાની રીત વિકસાવો.

૩. તમારાં બાળકો સાથે મૂર્ખ બનો. હસવા માટે, રમવા માટે તથા સ્વયં સ્ફૂરિત બનવા માટે સમય કાઢો.

૪. જ્યારે તમે તમારાં બાળકોને પ્રવૃત્તિ તરફ દોરી જતા હો ત્યારે ચારિત્ર્યની શક્તિ, લક્ષ્ય નિર્ધારણ, શ્રેષ્ઠતા માટે ઊભા રહેવું તથા તમારું સત્ય જીવવું જેવા અર્થપૂર્ણ વિષયો પર શક્તિશાળી વાર્તાલાપ કરો.

૫. તમારાં બાળકો પાસે "આક્રમક શ્રોતા" બનો. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો તેમને જે કહેવાનું છે તે ઉંડાણપૂર્વક સાંભળો.

૬. તમારાં બાળકોને વારંવાર તેઓ કેટલાં મહાન છે અને તમે તેમને કેટલાં ચાહો છો તે કહો.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. મને શું કરવું ગમે છે ?

૨. કોનો મારા પર સૌથી વધુ પ્રભાવ છે ?

૩. હું શાને માટે મૃત્યુ પામીશ ?

૪. મારે માટે સૌથી મહત્વનું શું છે ?

૫. કઈ વસ્તુ મને પાછળ રાખે છે ?

ડરને કેવી રીતે ઓળંગી જવો

આખી દુનિયાના લોકો સાથેનાં મારાં કામ દરમિયાન મેં જોયું છે કે લોકો તેમનાં જીવનમાં

નાની રમતો રમે છે તેની પાછળનું પ્રાથમિક કારણ એ છે કે તેઓ ડરથી ભરેલા છે. આપણામાંની દરેકે દરેક વ્યક્તિને તેના પોતાના ભય હોય છે. રસપ્રદ વાત એ છે કે આપણામાંના મોટાભાગના લોકોના ડર સમાન છે; જેમ કે નકારનો ડર, નિષ્ફળતાનો ડર, પૂરતા કાબેલ ન હોવાનો ડર, એકલા હોવાનો ડર, નિયંત્રણ ગુમાવવાનો ડર તથા સફળતાનો ડર. અમારા અવેકીનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ (એલીએસ) નામના ૨ દિવસના પરિવર્તનકારી અંગત ખોજના કાર્યક્રમમાં હું ભાગ લેનારાઓની સાથે તેમનાં મોટાભાગનાં જીવનમાં જે ડરે તેમને મર્યાદિત કરી નાખ્યા છે તેમને છૂટા કરવા માટેની શક્તિશાળી પ્રક્રિયાનું આદાન-પ્રદાન કરું છું. તમે આજે તમારા ડરમાંથી પસાર થવા માટે તથા માણસ તરીકે મોટી રમત રમવા માટે કરી શકો તેવી વસ્તુ છે તમારા ડરને પ્રમાણિત કરવા અને તેમના પર ધ્યાન આપવું. આપણામાંના મોટાભાગના લોકો તેમના ડરને નકારે છે. આપણે એવો દેખાવ કરીએ છીએ કે ડર નથી અને આપણી આખી જીંદગીનું માળખું એવી રીતે ગોઠવીએ છીએ જેથી આપણે આપણા ડરનો સામનો ન કરવો પડે. પરંતુ જ્યારે આપણે આપણા ડરનો સામનો કરીએ ત્યારે આપણી માત્ર અંગત શક્તિ જ નથી વિકસતી, પરંતુ આપણા ડર સખત લાગે છે. તમારા ડરનો સ્વીકાર કરવો તે મહત્વનું છે. તેમના તરફ સજાગ બનો. તમારા ડર વિશે વાત કરવી તે વધારે અસરકારક છે. તેમને અવાજ આપો. તમારી સ્વપ્નની જીંદગીથી તેમને દૂર રાખતા ભય વિશે તેમને જેનામાં વિશ્વાસ હોય તેમની સાથે વાત કરો. જ્યારે તમારા ડર પ્રમાણિત થઈ જાય તથા ઓળખી લેવાય ત્યારે તે તમારા પરની સત્તા ગુમાવે છે.

ડર વિશે નોંધ લખવી તે પણ તેમને અતિક્રમણ માટેની મદદમાં મુલ્યવાન પધ્ધતિ છે. આપણા બધાંની એક ઉજળી બાજુ તથા એક અંધારી બાજુ હોય છે અને આપણા ડર આપણી આભાસી જાતના પ્રદેશની અંદર વસે છે. જ્યારે તમે એક પડછાયો લ્યો અને તેને સૂર્યપ્રકાશમાં મૂકો ત્યારે તે ઓગળવા લાગે છે. તેવી જ રીતે, જ્યારે તમે તમારી આભાસી બાજુ લો છો (જેનો મોટોભાગ અચેતન છે) અને તમારા ડરને તમારી ચેતનજાગૃતિના પ્રકાશમાં લાવો છો ત્યારે તેઓ ચાલ્યા જવાનું શરૂ કરી શકે છે. જો આપણામાંના મોટાભાગનાને ડર વગર જીવવાની આઝાદી મળે તો આ દુનિયા કેવી ભવ્ય લાગશે તેની કલ્પના કરો. જો આપણામાંના મોટાભાગના એવી જીંદગી જીવતા હોય, જે આપણને ખુશ બનાવતી હોય તો દુનિયામાં કેટલો બધો પ્રેમ હશે તેની કલ્પના કરો. જો આપણે આપણા પ્રકાશને તે જેને માટે બન્યો છે તેટલો ઝળહળવા દઈએ તો દુનિયા કેટલી સરસ થઈ જશે તેની કલ્પના કરો.

૧૯

સુખ માટેની શાશ્વત શોધ



સંસ્કૃતિની શરૂઆતથી જ મનુષ્યો ચિરંજીવ સુખ શોધે છે. રહસ્યવાદીઓ પર્વતોની ગુફાઓમાં રહીને વ્યક્તિ કેવી રીતે ટકાઉ આનંદ મેળવી શકે તેનું મનન કરતા. દાર્શનિકોને એ વાતનું આશ્ચર્ય થતું કે તેમનાં બાહ્ય જગતમાં ભલે ગમે તે થતું હોય તોપણ તેઓ કેવી રીતે તેમનું મહાનતમ જીવન જીવી રહ્યા છે તે એક વ્યક્તિ કેવી રીતે અનુભવી શકે. જ્યાં ક્યારેય આટલી બધી અનિશ્ચિતતા તથા ખળભળાટ ન હતો તેવી દુનિયામાં એક વ્યક્તિ કેવી રીતે સંતોષ મેળવી શકે તેના પર આધુનિક જમાનાના લેખકોએ ઘણી અલગ અલગ થીયરીઓ આપી છે. અલબત્ત, હું તમારાથી અલગ નથી : હું મારા જીવનના દરેક દિવસની અંદર સુખ શોધું છું.

અને મને ખાતરી છે કે તમારે પણ મારા જેવું જ છે, મારા સારા દિવસો હોય છે તેમજ મારા ખરાબ દિવસો પણ હોય છે. હું માનું છું કે ભલે બહારની બાજુ ગમે તે થાતું હોય, અંદરથી તો શાશ્વત શાંતિ અને સુખનો અનુભવ કરવો તે જ ખરું લક્ષ્ય છે જેને માટે તનતોડ મહેનત કરવી જોઈએ. આમ કહીને મારા કહેવાનો અર્થ છે કે, આપણે જીંદગી પર નિયંત્રણ ન કરી શકીએ તે તેના પોતાના તર્ક મુજબ જ ઉઘડશે. પરંતુ તમારા માટે બહારથી જે ચાલે છે તેમાં તમે જે રીતે હસ્તક્ષેપ કરી રહ્યા છો તથા તેના પર પ્રક્રિયા કરી રહ્યા છો તેના પર તમે નિયંત્રણ કરી શકો. આપણાં જીવન જે રીતે પ્રગટ થઈ રહ્યાં છે તે રીતે શા માટે ખૂલે છે એ જીવનનું સૌથી મોટું રહસ્ય છે. મહાન સફળતા, આંતરિક શાંતિ અને સુખમાં ઈંધણ પુરવા માટેના મંચ તરીકે જ્યારે તમે તમારી સાથે જે કાંઈ પણ બને છે - જે સકારાત્મક દેખાય છે તેમજ દેખીતી રીતે નકારાત્મક છે - તેનો જ્યારે તમે એક મનુષ્ય તરીકે ઉપયોગ કરો છો ત્યારે તમે તમારી પોતાની આધારભૂત શક્તિને કામે લગાડો છો.

એક મનુષ્ય તરીકે, સુખ પણ સિધ્ધાંતમાંથી જ આવે છે તે તમે જાણો છો તે મને ખબર છે : જ્યાં તમે અન્ય લોકોને મદદ કરવા માટે સમર્પિત છો તેવા સંદર્ભનાં ચોકઠાંમાં તમારું જીવન જીવો છો, એવી રીતે જીવો છો જે તમને તમારી આસપાસ રહેલા બધા સાથે પ્રેમાળ સંબંધો રાખવા દે છે, દરરોજ જોખમ ઉઠાવો છો જેથી તમે જેને માટે બન્યા છો તેવા થવા માટે વિકસી શકો અને તમારી જાતને એક વારસો છોડી જવા માટે સમર્પિત કરી રહ્યા છો જેથી તમે માત્ર સફળ થવાથી કંઈક વધારે - તમે વિશિષ્ટ છો - બની શકો.

તમારાં અંતરતમમાં, તમે તમારા જીવનમાં સુખનો માર્ગ જાણો જ છો. પુસ્તકો વાંચવાં, લેખકોને બોલતા સાંભળવા તથા આશ્રમોની મુલાકાત લેવી તે માત્ર તમને તમારાં હૃદયની અંદર વસતા સત્યને યાદ રાખવામાં જ મદદ કરે છે. મહાન દાર્શનિક ખલીલ જીબ્રાન તેમનાં અતિ સુંદર પુસ્તક "ધ પ્રોફેટ"માં લખે છે તેમ... "જે અત્યારે પણ તમારા આત્માની અંદર ચાલી રહ્યું છે તેના સિવાય હું શેના વિશે બોલી શકું છું ?" અને ઘણી વાર, આપણાં હૃદયનાં સૌથી ઉંડાણમાં જે પડેલું હોય છે, તે માત્ર મૌનનાં અનુભવ દ્વારા જ ખૂલ્લું થઈ શકે છે. મેં મારા પોતાના અંગત માર્ગ પર જે આંતરિક કામ કર્યું છે તેના દ્વારા હું સમજ્યો છું કે આપણા જીવનની સર્વોચ્ચ શક્યતાઓ આપણા જીવનની શાંત જગ્યાઓની અંદર જ પ્રગટ થાય છે. આવતા ૩૦ દિવસોમાં, હું તમને થોડોક સમય એકલા રહેવાનો સમય કાઢવા માટે તથા તમારાં

જીવનના નીચેના મોટા પ્રશ્ન પર મનન કરવા માટે આમંત્રિત કરું છું : "મારા જીવનના માર્ગમાં, મારા માટે આધારભૂત રીતે સુખી હોવાનું અનુભવવા માટે શું થવું જરૂરી છે ?" એક વાર તમે તમારા કેટલાક જવાબો પર આવવા લાગો ત્યારે, તમે તમારી જીંદગીને પાછી મેળવવા માટે અદ્‌ભૂત રીતે મહત્વની માર્ગ સુધારણાઓ કરી શકો છો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જે હેતુને તમે મહાન તરીકે ઓળખો છો તેને માટે ઉપયોગમાં આવવું તે... દુનિયા તમને સુખી બનાવવા માટે કંઈ જ કરી નહીં નાખે તેવી ફરિયાદ તથા અશાંત, સ્વાર્થી, બેચેન માટીના લોંદા જેવા બનવાને બદલે કુદરતનું બળ હોવું, તે જીવનનો ખરો આનંદ છે."

– જ્યોર્જ બર્નાર્ડ શો

"સાહસ ખેડવું તે વ્યગ્રતાનું કારણ બને છે, પરંતુ સાહસ ન ખેડવું તે પોતાની જાત ગુમાવવા જેવું છે.. અને ઉચ્ચતમ સાહસ ખેડવું તે ચોક્કસપણે પોતાની જાતથી સભાન હોવું તે છે."

– સોરેન કીર્કગાર્ડ

"આપણું પોતાનું જીવન એ વસ્તુનું સાધન છે જેના વડે આપણે સત્યનો પ્રયોગ કરીએ છીએ."

– થીક હાત હાન

"જ્યારે તમે તમારાં સર્જક બળ માટે કામ કરો છો અને જ્યારે તમારામાં તમારી અંદર રહેલ બુધ્ધિને દિવસનો પ્રકાશ જોવા દેવાની હિંમત છે ત્યારે તમે તમારાં ભાગ્યને સમજો છો."

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. વર્તમાન તથા તમારા જીવનકાળના અંતની વચ્ચે, તમારું જીવન સાચા અર્થમાં સફળ હતું તે અનુભવવા માટે, શું બનવું જરૂરી છે ?

૨. તમારાં જીવનમાં તમને સૌથી વધારે સુખ આપનાર ૨૫ વસ્તુઓની સૂચિ બનાવો (અને પછી તમારાં સુખ તથા પરિપૂર્ણતાનાં આંતરિક સ્તરને વધારવા માટે તે બાબતો વારંવાર કરવા માટે તમારી જાતને પુનઃ સમર્પિત કરો.)

૩. તમે કેટલા મોટા થઈ ગયા છો તે તમે ન જાણતા હો, તો તમે કેટલા મોટા હશો ?

સમયના કુશળ વ્યુહરચનાકાર બનવાની ૫ રીતો

૧. સવારે ૫ વાગે ઉઠો અને તમારા શ્રેષ્ઠ દિવસનું આયોજન તથા કલ્પના કરવા માટે ૩૦ મિનિટ ફાળવો.

૨. ટેલિવિઝન જોવાનું સ્થાન વધુ ઉચ્ચ ક્ષમતાવાળી પ્રવૃત્તિને આપો.

૩. જે બાબતો મહત્વની ન હોય તેને ના કહેતા શીખો (બધાંને ખુશ કરવાને બદલે)

૪. તમારાં જીવનની પ્રાથમિકતાઓને નોંધી લેવાનો સમય કાઢો.

૫. તમારા આખા દિવસ દરમિયાન આ પ્રશ્ન વિચાર્યા કરો : આ ક્ષણે, અત્યારે મારા સમયનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ શું છે ?



આવતા ૯૦ દિવસ સુધી તમારાં દૈનિક માળખાંમાં આ ૫ શિસ્તનો સમાવેશ કરો. "આ નિત્યક્રમની મારા પોતાનાં જીવનની ગુણવત્તા પર ગહન છાપ પડી હતી અને મને ખબર છે કે તમારા માટે પણ તેની તેવી જ અસર થશે."

૫ સોનેરી શિસ્ત છે :

૧. ૫ વાગે ઉઠનારાઓની ક્લબમાં જોડાઈ જાવ અને માનસિક ફાયદો મેળવવા માટે સવારે વહેલા ઉઠો.

૨. તમારા દિવસ માટે એક સમયપત્રક બનાવવા, વ્યુહરચના ઘડવા તથા આયોજન કરવા માટે ૧૫ મિનિટ ગાળો.

૩. તમારા દિવસની શરૂઆતમાં જ્ઞાનવર્ધક સાહિત્યમાંથી ૩૦ મિનિટ વાંચન કરો.

૪. ૩૦ મિનિટ કસરત કરો કારણ કે તંદુરસ્ત શરીરમાં તંદુરસ્ત મન રહે છે.

૫. દિવસના અંતે તે દિવસની સફળતાઓ (તથા નિષ્ફળતાઓ) જોઈ જાવ, જેથી પછીનો દિવસ વધારે સારો બને. માનવ વિકાસની પાછળનો આખો વિચાર એ છે કે તમારા ભૂતકાળને તમારા માટે કામ કરવા દેવો અને એ વાત નિશ્ચિત કરવી કે દરેક દિવસ તમને તમારી આદર્શ જાત તથા તમારાં આદર્શ જીવનની થોડા વધારે નજીક લઈ જાય છે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"મૃત્યુ જીવનની કરુણતા નથી, પરંતુ આપણે જીવતા હોઈએ ત્યારે આપણી અંદર જે વસ્તુને મરવા દઈએ છીએ તે કરુણતા છે."

– નોર્મન કઝીન્સ

"ભર શિયાળે, મેં જોયું કે મારી અંદર એક અજેય ઉનાળો હોય છે."

– રોબીન શર્મા

"જો બધા તેમના પોતાનાથી સંતુષ્ટ હોત તો કોઈ વીરપુરુષ (હીરો) ન હોત."

– માર્ક ટ્વેઇન

"માત્ર જ્યારે આપણે સાચા અર્થમાં જાણીએ તથા સમજીએ છીએ કે આ પૃથ્વી પર આપણી પાસે મર્યાદિત સમય છે અને કે આપણો સમય ક્યારે પુરો થાય છે તે જાણવાનો આપણી પાસે કોઈ માર્ગ નથી - તો પછી આપણે દરેક દિવસને જાણે તે આપણા જીવનનો અંતિમ દિવસ હોય તેવી રીતે સંપૂર્ણતાથી જીવીએ.

– એલીઝાબેથ કુબ્લર રોસ

તમારા માનવ સંપર્કો ગહન બનાવવાની ૬ રીતો

જો તમે મારા અતુલ્ય જીવંત સેમીનારોનો ક્યારેય અનુભવ કર્યો છે તો તમે મને કહેતો

સાંભળ્યો છે કે : "તમારા સંબંધો જેટલા ઉંડા તેટલું તમારું નેતૃત્વ વધારે અસરકારક, કારણ કે જો લોકો તમારામાં વિશ્વાસ નહીં કરે તો તેઓ તમને અનુસરશે નહીં અને કોઈ તમારા તરફ મદદનો હાથ લંબાવે તે પહેલાં તમારે તેમનાં હૃદયને સ્પર્શ કરવો પડે." વ્યાપાર તથા જીવનમાં બધી જ સાચી સફળતાઓ છેવટે ઉચ્ચ ગુણવત્તા સભર, વિશ્વાસ આધારિત સંબંધો પર જ આવીને અટકે છે. આવનારા ૯૦ દિવસોમાં તમારી જાતને શ્રેષ્ઠ સંબંધોને સમર્પિત કરો અને તમારી કારકીર્દિ તથા તમારાં જીવનને વિકસતું જુઓ.

અહીં સંબંધો ઘડવા પરના મારા ૬ શ્રેષ્ઠ બોધ આપ્યા છે :

૧. પ્લીઝ તથા થેન્ક યુ કહેવાનું યાદ રાખો (સારી રીતભાત માનવ હૃદયોને જોડે છે.)

૨. તમારાં બાકીનાં જીવનમાં દરરોજ ૩ હાથેથી લખેલ પત્રો કે પોસ્ટકાર્ડ મોકલો.

૩. જ્યારે તમે ભૂલ કરી હોય ત્યારે સામેથી 'સોરી' કહો.

૪. તમારાં પ્રિય પુસ્તકની ૨૦ નકલો ખરીદો અને તમને જેની કાળજી છે તેમને તે મોકલો.

૫. તમારાં નાનાં વચનો પાળો અને તમારી નાની પ્રતિબદ્ધતાઓને માન આપો.

૬. એક નિપુણ શ્રોતા બનો (ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવું તે સામી વ્યક્તિનો આદર છે અને "મને તમારું મુલ્ય છે" તેવું જણાવે છે.)

૨૧
મહત્વશીલ ક્ષણો



મહાનતાપૂર્વક જીવવાનું મુલ્તવી રાખવાનું ઘણું સરળ છે. આપણે આપણી પોતાની જાતને કહીએ છીએ કે જ્યારે બાળકો કોલેજમાં જશે ત્યારે આપણે વધારે પ્રવાસો કરશું, અથવા જ્યારે આપણે આપણી કારકીર્દિમાં વધુ ઊંચા સ્તરે સફળ થશું ત્યારે આપણે આપણા પ્રિયજનો સાથેના સંબંધો વધુ ઉંડા કરશું અથવા કે જ્યારે આપણી પાસે વધારે સમય આવશે ત્યારે આપણે આપણાં સ્વપ્નો મુજબ કરશું. પરંતુ તમારો સમય અત્યારે જ છે. આ દિવસ જ તમારી જીંદગી છે.

એક અસામાન્ય જીવન એ એક દોરીમાં પરોવાયેલ મોતીની માળાની જેમ અતિશય સરસ રીતે જીવાયેલા દિવસોની શ્રેણી કરતાં વિશેષ કંઈ જ નથી. તમારી દરેકે દરેક ક્ષણને મહત્વશીલ બનાવો અને કામ પર તથા જીવનમાં બંને જગ્યાએ તમારી મહાનતાની ખાતરી અપાશે. તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવાનું મોકૂફ ન રાખો. તમે તમને ખબર પણ પડે તે પહેલાં તમારા જીવનનાં અંત પર આવી પહોંચશો. ખરેખર.

આ તમારું વર્ષ હોઈ શકે છે. ના, મને તે બીજી રીતે કહેવા દો : આ તમારું જ વર્ષ હશે. એ વર્ષ જ્યારે તમે તમારી તેજસ્વીતા પ્રગટ કરશો. વિશ્વ સ્તરીય આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાનું વર્ષ. એવું વર્ષ જેમાં તમે પાગલપણે જીવનના પ્રેમમાં પડો અને તમારી દરેક ક્ષણને કલાકૃતિ બનાવો. ઝળહળતા રહો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“કોઈ પણ નવી મહાનતા સર્જવાની કે કોઈ નવી સફળતા મેળવવાની પ્રક્રિયામાં, નિષ્ફળતા તો આવશે જ.”

– “ઓફન રોંગ, નેવર ડાઉટ” માં એડવર્ટાઇઝીંગ ગુરુ ડોની ડચ

“જે ક્લબ મને સભ્ય બનાવવા ચાહે તેવી કોઈ પણ ક્લબમાં જોડાવાની મને પરવા નથી.”

– ગ્રોઉકો માર્ક્સ

“જે વ્યક્તિ બધું જ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે તે છેવટે કંઇ જ પૂર્ણ કરતો નથી. મહાનતાની પહેલાં કેન્દ્રિતતા આવે છે.”

– રોબીન શર્મા

આયોજન શા માટે

અંગત આયોજન અને લક્ષ્ય નક્કી કરવાં તે આકર્ષક વિષય નથી. પરંતુ જીવનના અસાધારણ અનુભવમાં તે કેન્દ્ર સ્થાને છે તથા અતિશય મહત્વનાં છે. પરંતુ જેઓ શ્રેષ્ઠમાં પણ શ્રેષ્ઠ છે તેવા લોકોમાં આ વસ્તુ ફરી ફરીને જોઉં છું. તેમનાં જીવનનાં મહત્વનાં ક્ષેત્રો કેવાં હશે તે માટેના સ્પષ્ટ અને વિગતવાર વીઝનને ઘડવામાં તેઓ પુષ્કળ સમય વિતાવે છે અને પછી શ્રેણીબધ્ધ લક્ષ્યોમાં તે ભાગ પાડેલ વિઝનને લખી લે છે જેથી વિઝન એટલું વધુ દિગ્મૂઢ

કરનારું ન રહે અને આથી તે મોટું ચિત્ર દરરોજ કરી શકાય તેવી ક્રિયાઓના સંભાળી શકાય તેવા ટુકડાઓમાં વ્યવસ્થિતપણે વહેંચી દેવાય છે. તે મારાં મગજમાં જે કરે છે તે મેં જોયેલી આયોજનની સૌથી ઉત્તમ અસર એ છે. હું તમને આ રીતે સમજાવું : કેટલીક વસ્તુઓ મગજને તેમજ આયોજનને કાગળ પર ઉતારવામાં અને પછી તેમને લક્ષ્યમાં ક્રમ મુજબ ગોઠવવામાં કેન્દ્રિત કરે છે. આમ કરવાની ક્રિયા જ કઈ વસ્તુ સૌથી વધારે મહત્વની છે તે વિશેની તમારી સજાગતા વધારે છે અને વધારે સારી જાગૃતિ સાથે, તમે વધારે સારી પસંદગી કરશો અને તમે વધારે સારી પસંદગી કરશો તેથી, તમે ચોક્કસ વધારે સારું પરિણામો મેળવશો. આથી આજે તમારી જાતને એક ભેટ આપો : કોરો કડકતો સફેદ કાગળ લો. પેન્સિલને અણી કાઢો અને પછી તમે જેવી જીંદગી બનાવવા માંગો છો તેના વિશે લખવાનું શરૂ કરો. તમે વિચાર્યું હશે તેના કરતાં તે ઘણું વધારે સહેલું છે.

ક્ષતિરહીતતા વિરુદ્ધ શ્રેષ્ઠતા પર

ટોચની સોફ્ટવેર કંપનીઓ તેમના પ્રોગ્રામને દુનિયા સામે રજુ કરે તે પહેલાં તે ક્ષતિરહિત બનવાની રાહ નથી જોતા. તેમને ખાતરી હોય છે કે તે નિશ્ચિતપણે શ્રેષ્ઠ છે. પરંતુ તેઓ જાણે છે કે તે ક્ષતિરહીત નથી. તેમને ખાતરી છે કે તેમાં થોડી ક્ષતિઓ હશે પરંતુ તેમનો તર્ક એ છે કે તેમને માટે ઉપલબ્ધ તકની શક્યતા ગુમાવવાને બદલે પ્રોગ્રામને બહાર પાડી દેવો તે વધારે સારું છે. આપણામાંના ઘણા બધા ક્ષતિરહીતતા આવવા સુધી રાહ જુએ છે અને તેમ કરવામાં, આપણાં સ્વપ્નો સુધી પહોંચવાના દ્વાર બંધ થઈ જાય છે. વર્ષો માની ન શકાય તેટલી ઝડપથી પસાર થઈ જાય છે. ઉપેક્ષા ન કરો, તમે વૃદ્ધ થઈ જશો. તમારાં સૌથી રસાળ લક્ષ્યો હમણાં જ પૂરા કરો. આ જ ક્ષણે શરૂ કરી દો. શ્રેષ્ઠ બનો. ક્ષતિરહીતતા ભૂલી જાવ અને મહેરબાની કરીને રાહ ન જુઓ.



આપણે શીખવા જરૂરી હોય તેવા બોધપાઠ આપણને શીખવવા માટે પુખ્ત વ્યક્તિઓ કરતાં બાળકો વધારે ખૂલીને આપણી પાસે આવે છે. આપણે સૌથી વધારે બાળકો પાસેથી શીખીએ છીએ. બાળકો આ પૃથ્વી પર સૌથી કલ્પનાશીલ, નિર્દોષ, જુસ્સાથી ભરપૂર, રમતિયાળ, નિડર લોકો છે અને તેઓ સૌથી મોટો આનંદ છે. ગયા અઠવાડિયે મારી સાત વર્ષની પુત્રી બીઆન્કાએ મને પૂછ્યું: “ડેડ, તમે મને ક્યારે હેમસ્ટરડામ લઈ જશો ?”

જો તમે અમારા અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીકએન્ડ (એવીએસ)માં અથવા બે દિવસની નેતૃત્વ કોચીંગ પ્રક્રિયા ધ એલીટ પર્ફોર્મસ સીરીઝમાંથી એકમાં આવ્યા હશો તો તમે ઇન્ટેગ્રીટી ગેપTM વિશે જાણો છો. મૂળભૂત રીતે, આ ઉંડા સ્તરે એક માનસિક નમુનો છે જે તમને જીવનની યાત્રા તથા આપણે બધા જે અનુભવ કરવા માટે જનમ્યા છીએ તે પરિપૂર્ણતાનો અનુભવ કરી શકીએ તેવી આપણી સૌથી મોટી જાત સાથે કેવી રીતે વધારે જોડાઈ શકીએ તેમાં તમને મદદ કરશે. આપણે ક્ષતિરહિત, પ્રેમથી ભરપૂર, શક્તિશાળી, આત્મ શ્રધ્ધાવાળા તથા બુધ્ધિશાળી તરીકે જનમ્યા છીએ. પરંતુ આપણે જનમ્યા તે જ ક્ષણથી, આપણે આપણા મૂળભૂત સ્વભાવથી દૂર જવા માંડીએ છીએ અને ખોટી માન્યતાઓ, મર્યાદિત કરતી ધારણાઓ તથા આપણી આસપાસ દુનિયાના ડર અપનાવી લઈએ છીએ. પછી એક દિવસ આપણે પુખ્ત વ્યક્તિ તરીકે જાગીએ છીએ અને ખ્યાલ આવે છે કે આપણે આપણી પોતાની જાતનો વિશ્વાસઘાત કર્યો છે અને આપણે ખરેખર શું છીએ તેનો આપણને ખ્યાલ જ નથી. આપણે એક સમયે શું હતા તે યાદ કરવાના પ્રયાસમાં આપણે એક શોધકની યાત્રા પર નીકળી પડીએ છીએ. નેતાનું કામ ઘણી બધી રીતે વધારે બાળક જેવા બનવાનું છે.

હું એક વક્તા, એક્ઝિક્યુટિવ કોચ તથા સલાહકાર તરીકે આખી દુનિયાની સંસ્થાઓમાં જાઉં છું ત્યારે હમણાં હમણાં હું આધારભૂતતા શબ્દ ખૂબ જ સાંભળું છું. આપણામાંના મોટાભાગનાને ખ્યાલ છે કે આપણા જીવનનો એક મકસદ છે અને આપણા દરેકનું એક ધ્યેય છે જે આપણે આપણાં કાર્ય અને આપણે જે જીવન જીવીએ છીએ તેના દ્વારા સિધ્ધ કરવાનું છે. કોર્પોરેટ દુનિયાની અંદર અર્થ માટે એક મહાકાય સંશોધન થઈ રહ્યું છે. લોકો હવે આર્થિક લાભ માટે પરિપૂર્ણતાનો ભોગ આપવા નથી ઇચ્છતા. આપણે દરરોજ કામે જવા માગીએ છીએ અને જાણીએ છીએ કે આપણે સમાજમાં એક ફાળો આપીએ છીએ. આપણે દરરોજ કામે જવા માગીએ છીએ અને જાણીએ છીએ કે આપણે મનુષ્ય તરીકે વિકસીએ છીએ તથા વિસ્તરીએ છીએ. આપણે દરરોજ કામે જવા માગીએ છીએ અને આપણી આસપાસના લોકો સાથે જોડાયાનું અનુભવીએ ત્યારે આનંદ પામીએ છીએ. કદાચ, બીજા બધાંથી ઉપર, આપણે એવું કાર્યસ્થળ ઇચ્છીએ છીએ જ્યાં ફરી માનવ બનવું તે સુરક્ષિત છે.

આવતા ૩૦ દિવસ માટે હું તમને તમારા જીવનમાં કોઈ પણ ઇન્ટેગ્રીટી ગેપTM ને એવી રીતે બંધ કરવા માટે જે કરવું પડે તે કરવા આમંત્રણ આપું છું કે જેથી તમે પૂર્ણપણે પ્રદર્શિત થઈ શકો. નેતાઓ તેમના પોતાના તરફ સાચા હોય છે. આપણી પહેલાં આ પૃથ્વી પર પગલાં પાડેલા મહાનુભાવો (ગાંધીઓ, માંડેલાઓ, મધર ટેરેસાઓ) ટોળાંને નહોતાં અનુસર્યાં, પરંતુ

તેઓ તેમની પોતાની જ ધૂનમાં ચાલ્યા હતા. તેઓ મૌલિક હતા અને તેઓ તેમનાં જીવન તેમની આસપાસની દુનિયાનાં મુલ્યો પર જીવવાને બદલે તેમનાં પોતાનાં મુલ્યો મુજબ જીવ્યા અને તેમ કરવાથી તેઓ વધારે મહાન બન્યા.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"વર્તમાન સમયમાં, એવી કંપનીઓ બનાવવી જે મોટાં માર્કેટ પ્લેસ જીતી લે, જે તેમના ગ્રાહકો તથા શેરધારકો માટે મુલ્યો સર્જે અને જે એવી રીતે કામ કરે જે કર્મચારીઓ તથા કાર્યપાલકોમાં જે શ્રેષ્ઠ છે તે બહાર લાવે, તે માત્ર સ્માર્ટ વ્યાપાર નથી - તે નેતૃત્વનું કર્તવ્યભાન પણ છે."

– ફાસ્ટ કંપનીમાંથી સંપાદકીય

"વાત એમ છે કે, આપણે હજી એવી દુનિયામાં રહીએ છીએ જે તકથી ભરેલી છે. હકીકતમાં, આપણી પાસે તક કરતાં કંઈક વધારે છે - આપણી પાસે કર્તવ્યભાન છે. આપણા સમયને મહાન વસ્તુઓ કરવામાં વિતાવવાનું કર્તવ્યભાન. એવી યોજનાઓ શોધવી જેનું મહત્વ હોય અને તેમનું આદાન- પ્રદાન કરવું. આપણી જાતને તથા આપણી આસપાસના લોકોને કૃતજ્ઞતા, સૂઝબૂઝ તથા પ્રેરણા પ્રદર્શિત કરવા દબાણ કરવું. જોખમો ઉઠાવવાં અને આશ્ચર્ય પમાડનાર બનીને દુનિયાને વધુ સારી બનાવવી."

– સેથ ગોડીન "પર્પલ કાઉ"ના લેખક

"આપણાંમાંની દરેકે દરેક વ્યક્તિ પાસે આપણે અત્યારે કલ્પના કરી શકીએ તેના કરતાં આપણા જીવનને શું બનાવી શકીએ તેને માટે ઘણી વધારે પસંદગીઓ છે. આપણામાંના મોટાભાગના આપણી નજરની સામે જ રહેલી શક્યતાઓ તરફ જીવંત નથી. આપણામાંના ઘણા બધા અડધા ખાલી અને અડધા જડ બનીને આપણા પોતાનાં જીવનનાં ચક્ર પર ઊંઘી ગયા છીએ. આ મંતવ્ય નથી પરંતુ ગર્ભિત સત્ય છે. તમે મહાનતા માટે નિર્મિત છો. તમારી મહાનતા અન્યોની મહાનતા કરતાં અલગ રીતે પ્રગટ થવી જોઈએ પરંતુ હજી તેનો અર્થ એવો નથી કે તમે મહાન થવા માટે નથી બન્યા. તમારો પ્રકાશ ઝળહળવા દો. તમારા ડરની સામે જાવ. તમે જે કરતાં સૌથી વધારે ડરતા હો તે જ કરો. સંપૂર્ણપણે જીવંત રહો."

– રોબીન શર્મા

સફળતા તથા અગત્યતા : જોડીયા આદર્શો

શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવું એ સુંદર દુનિયા છે. જે લોકો તેમનાં ઉચ્ચતમ જીવન માટે ઊભા રહે છે તે બધા શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવા માટે સમર્પિત છે. તેઓ તેમનાં વ્યાવસાયિક જીવનમાં શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવા માટે વચનબધ્ધ છે. તેઓ તેમના સંબંધોમાં શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવા માટે વચનબધ્ધ છે. તેઓ તેમનાં સાહસી જીવનમાં શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવા માટે વચનબધ્ધ છે અને તેઓ તેમનાં આંતરિક જીવનમાં શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવા માટે વચનબધ્ધ છે. કંઈક વધુ સારા સુધી પહોંચ્યા કરવું તે માણસોની જરૂરિયાત છે. જ્યારે આપણે આપણા સગવડના પ્રદેશની અંદર હોઈએ છીએ ત્યારે આપણને ટકાઉ સુખ નથી મળતું કારણ કે આપણે જે રીતે જીવવા માટે બન્યા છીએ તે રીતે નથી જીવતા. પરંતુ જ્યારે આપણે સતતપણે વિસ્તરીએ છીએ, જોખમ લઈએ છીએ, વિકસીએ છીએ, સ્વપ્નો સેવીએ છીએ અને આપણી અંગત સરહદો સુધી જાતને ખેંચીએ છીએ, ત્યારે તે પ્રક્રિયામાં આપણું સુખ મળે છે. આવું થાય છે કારણ કે આપણે આપણી જાત પાસે સાચા હોઈએ છીએ.

આવતા ૩૦ દિવસ માટે, શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવા સુધી પહોંચવાનું ચાલુ રાખો. કામમાં, તમારાં ધોરણો ઉપર લઈ જાવ. તમારી જાતને પૂછો : “જો મેં જે કર્યું છે તેમાં હું દુનિયામાં ઉત્તમ અને સાચા અર્થમાં શ્રેષ્ઠ હોત તો હું દરરોજ શું કરતો હોત ?” ઘરમાં તમે તમારા સાથીદાર તથા તમારાં બાળકો સાથે જે વાર્તાલાપ કરો છો તેની અંદર વાત કરવાની રીતમાં શ્રેષ્ઠ રહો. તમારાં આધ્યાત્મિક જીવનમાં તમે તમારા વધુ ઊંચા સ્વ તરફ પહોંચવા માટે સમર્પિત છો કે નહીં તે વિચારો. શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવાની પ્રવૃત્તિ એક ઉમદા ધ્યેય છે. તમને એક કારણસર આ ભેટ આપવામાં આવી છે : તેમને ઝળહળવા દે અને એ પ્રક્રિયામાં દુનિયાને એક વધુ સારું સ્થાન બનાવો.

૨૩
કૃતજ્ઞતા



આ બિંદુએ મારાં જીવનમાં હું જેના પર કામ કરું છું તે વસ્તુઓ પૈકીની એક છે મારી આસપાસની બધી જ બાબતો માટે મારી કૃતજ્ઞતા તથા આદરભાવની અવસ્થા સાથેનું મારું જોડાણ વધારે ગહન કરવું. હું મેં પહેલાં ક્યારેય નહોતું કર્યું તેટલું મારાં મનને મારાં જીવનમાં મળેલા આશીર્વાદો (ખાસ કરીને નાના નાના) પર સભાનપણે કેન્દ્રિત કરું છું અને તે મળ્યા છે તે બદલ આભાર માનું છું. હું જે પડકારોનો સામનો કરું છું તથા મને જે વિપરિતતાઓનો ભેટો થયો છે. તેને માટે પણ એ જાણીને કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરું છું કે તેઓ મારે જે બોધપાઠ શીખવા અતિ મહત્વના છે તે શીખવવાની પ્રાથમિક ભૂમિકા ભજવે છે. તમે અમારી બદલાવ લાવનાર મીશનરીઓ તથા સમર્પિત નેતાઓ બનવાની જમાતનો ભાગ બન્યા તે માટે તમારો પણ આભાર માનું છું. મારાં કાર્યમાં તમારા ટેકા બદલ, મારા સંદેશમાં તમારી શ્રદ્ધા બદલ તથા હું તમારી સામે જે વિચારો રજુ કરતો રહું છું તેને ધ્યાનમાં લેવાની તમારી તૈયારી બદલ હું કૃતજ્ઞતા અનુભવું છું. હું જે કરું છું તે કરી શકવા માટે વિશેષ અધિકાર ભોગવતો હોવાનો અનુભવ કરું છું અને હું પ્રમાણિકપણે તમારો આભાર માનું છું.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જ્યારે આપણે શીખેલું બધું જ ભૂલી જઈએ ત્યારે જ આપણે જાણવાનું શરૂ કરીએ છીએ."

– હેન્રી ડેવીડ થોરો

"તમારી અંદર દીવાની એક વાટ પડેલી છે જે તમારા આત્માનો પ્રકાશ બનવાની રાહ જુએ છે. જ્યારે આ અંદરની જ્યોત તેજસ્વિતાપૂર્વક ઝળહળે છે ત્યારે તમે તમારાં જીવનમાં અદ્‌ભૂત જાગૃતિ અનુભવો છો."

– બ્રેડફોર્ડ કીને

"માનવજાતે પીડાઓમાંથી પસાર થયા વગર ક્યારેય મહાનતા પ્રાપ્ત કરી નથી."

– આર.રોબર્ટ દ લામેનાઇસ

એક એલીટ પર્ફોર્મરની જેમ વિચારવા, અનુભવવા તથા કાર્ય કરવાની ૭ રીતો

૧. તમારાં વચનો પાળો અને તમારા શબ્દોને તમારી નૈતિક ફરજ બનાવો.

૨. અઠવાડિયે એક વાર મૌન, સ્થિરતા તથા મનન માટે સમય કાઢો.

૩. એક એવા ઉદ્દેશ સાથે જોડાવ જે તમને ભાવનાત્મક રીતે વ્યસ્ત રાખે.

૪. ગુરુઓ, આદર્શો તથા સમર્થકોનું એક નેટવર્ક બનાવો.

૫. એક એકદમ ખૂલ્લાં હૃદય વડે ધારદાર મગજનું સમતોલન કરો.

૬. તમે તમારાં જીવનમાં જે સૌથી વધારે ઇચ્છતા હો તે બીજાને આપો.

૭. સૂર્ય ઉગવાની સાથે જ ઊભા થઈ જાવ અને તમારી સર્વોચ્ચ પસંદગીઓ તથા તમારી શ્રેષ્ઠ ચાલથી બનેલા દિવસની કલ્પના કરો.

નોંધનીય પ્રશ્નો

યોગ્ય પ્રશ્ન યોગ્ય જવાબ ઊભો કરે છે. મારાં પોતાનાં જીવનમાં મેં જોયું છે કે ઘણી વખત એક શક્તિશાળી પ્રશ્ન પર મનન કરવામાં સમય ગાળવો તે એક ચોક્કસ જવાબ શોધવામાં સમય ગાળવા કરતાં વધારે મદદરૂપ થાય છે. રચનાત્મક પ્રશ્નો ઊભા કરવા તે તમારી જાતને વધુ ઊંડી બનાવવાનો તથા તમે ખરેખર જે છો તે સમજવા માટેનાં દ્વાર ઉઘાડવાની શ્રેષ્ઠ રીતો પૈકીની એક છે. હું તમને આવનાર ૩૦ દિવસોમાં નીચેના પાંચ પ્રશ્નોમાં તમારી જાતને વ્યસ્ત થવાનું આમંત્રણ પાઠવું છું.

૧. જો તમે ખરા અર્થમાં એક અસામાન્ય જીવન જીવતા હો તો તે કેવું દેખાતું હોત ?

૨. તમારાં જીવનની ટોચની ત્રણ પ્રાથમિકતાઓ કઈ છે અને અત્યારે તમારું જીવન જેવું લાગે છે તે આ પ્રાથમિકતાઓ દર્શાવે છે ?

૩. જો તમારે જીવવા માટે ૧૦ મિનિટ જ બચી છે તો તમારા મનમાં કયા પ્રશ્નો ઉદ્‌ભવશે અને તમે કેવી લાગણી અનુભવશો ?

૪. જો આજે રાત્રે દુનિયામાં કોઈની પણ સાથે ભોજન લેવાનું થઈ શકે તો તે કોણ હશે અને શા માટે ?

૫. જો તમે એક એવું ચિહ્ન શોધી શકો જે તમારાં શ્રેષ્ઠ જીવન પર પ્રકાશ પાડે અને તેને માટે કામ કરે તો તે ચિહ્ન શું હશે ?



તમે ખરેખર કોણ છો તે બાબતનો ઇન્કાર કરવો તે સ્વ-વિશ્વાસઘાતનું સૌથી મોટું કાર્ય છે. એક મનુષ્ય તરીકે મહાનતા એ તમારો જન્મ સિધ્ધ અધિકાર છે. આ પૃથ્વી પરની દરેક વ્યક્તિ એવું જીવન જીવવા માટે પ્રતિબધ્ધ છે જે નિર્ભયતા, જુસ્સો, નિપુણતા તથા કરુણાની ભાવના દર્શાવે છે. જ્યારે તમે તમારાં જીવનમાં મધ્યમવર્ગીતાનાં જુદાં જુદાં સ્વરૂપો સ્વીકારીને આનો ઇન્કાર કરો છો ત્યારે તમે તમારા સર્વોચ્ચ સ્વનું તથા તમને જેવી વ્યક્તિ બનવા માટે તૈયાર કરાયા હતા તેનું અપમાન કરો છો,

માર્ટીન લ્યુથર કીંગ જુનીયરે નોંધ્યું છે કે, "દરેક વ્યક્તિ પાસે મહાનતાની શક્તિ હોય છે, પરંતુ તે કીર્તિ માટે નહીં મહાનતા માટે હોય છે." આપણામાંના ઘણા બધા લોકો આપણા હૃદયનાં ઉંડાણમાં જે આટલી બધી નિરાશા તથા ધિક્કારની ભાવના અનુભવીએ છીએ તે એ હકીકતને કારણે છે કે, આપણાં અંતરતમમાં આપણો એક અંશ જાણે છે કે આપણે આપણી સર્વોચ્ચ ક્ષમતા મુજબ જીવતા નથી. હું મારા એક્ઝિક્યુટીવ કોચીંગના ગ્રાહકો તેમજ અમારા અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીકએન્ડમાં જે પાયાના માનસિક આદર્શો શીખવું છું તે છે પ્રમાણિકતામાં આવેલ અંતર™ . સાદી રીતે કહીએ તો તમને જેવી વ્યક્તિ બનવા માટે મોકલાયા છે અને અત્યારે તમે જેવી વ્યક્તિ તરીકે દુનિયાની સામે પેશ થાવ છો તેની વચ્ચેનું અંતર જેટલું મોટું, તેટલું તમારું જીવન ઓછું કાર્ય કરશે. ઊર્જા, સર્જનાત્મકતા તથા શક્તિની પ્રચંડ માત્રા મુક્ત કરવા માટે તમે દૈનિક ધોરણે, ધ ઇન્ટેગ્રીટી ગેપ™ પૂરવા માટે જરૂરી હોય તે બધું જ કરો તે આવશ્યક છે. એમ કરવાથી તમે તમારી પોતાની જાત પ્રત્યે ખરા નિવડશો. આ પ્રયાસ કરવાથી તમે વ્યાવસાયિક રીતે, અંગત રીતે તથા આધ્યાત્મિક રીતે ઘણા વધારે વિશ્વાસપાત્ર થશો.

હું તમને એક ખૂબ જ શક્તિશાળી વ્યાયામમાં જોડાવા આમંત્રણ આપું છું. આજના દિવસમાં ક્યારેક, તમે ઊંઘી જાવ તે પહેલાં, એક કાગળ પર તમારાં વ્યાવસાયિક જીવન માટેની ૫ સમર્પિતતાઓ લખી લો. આ એ ૫ વસ્તુઓ છે જે તમે તમારાં વ્યાવસાયિક કાર્યનાં ક્ષેત્રની અંદર, ભલે ગમે તે થઈ જાય, તેને માટે તમે ઊભા રહેશો. તે "નિર્દોષ પ્રમાણિકતા", "કઠોર નવસર્જન", "મારી જાણમાં હોય તેવી સૌથી માયાળુ વ્યક્તિ બનવું", અથવા "દરેક દિવસ જાણે મારાં જીવનનો અંતિમ દિવસ હોય તેવી રીતે જીવવું" હોઈ શકે છે. પછી તમારાં અંગત જીવન માટે ૫ સમર્પિતતા નક્કી કરો જેમ કે, "ભલે ગમે તે થાય, હું દરરોજ ૩૦ મિનિટ કસરત કરીશ." અથવા "ભલે હું ગમે તેટલો વ્યસ્ત થઈ જાઉં, હું હંમેશાં દરરોજ મારા જીવનસાથી તથા મારાં બાળકો સાથે ગુણવત્તા સભર સમય પસાર કરીશ." અથવા "ભલે ગમે તે થાય, હું મારો દરેક દિવસ મૌન મનના સમયગાળા સાથે સવારે ૫ વાગે શરૂ કરીશ જેથી હું મારી પોતાની શરતોએ મારું જીવન જીવી શકું." આ પ્રકારનાં વચનો તમારાં ભાગ્યનો માર્ગ બદલી નાખશે. મારીલીન ગ્રેએ લખ્યું છે, "એક હિંમતભર્યાં પગલાંથી તમે આજને બદલી નાખી શકો."

"હેતુ સાથે નિર્ભિકપણે જોડાયેલા વિચારો સકારાત્મક બળ બને છે; જેઓ આ જાણે છે તેઓ માત્ર ઢચુપચુ થતા વિચારો તથા વધઘટ થતી લાગણીઓનું પોટલું બનવાને બદલે કશુંક વધારે ઉચ્ચ તથા મજબૂત બનવા માટે તૈયાર હોય છે."

– જેમ્સ એલન, "એઝ એ મેન થીન્કેથ".

"જે વસ્તુ જીવનને આટલું મધુર બનાવે છે તે ફરી ક્યારેય નથી આવતી."

– એમીલી ડીકીન્સન

"જો તમે પૂરતી ગંભીરતાપૂર્વક કોઈ વસ્તુ ઇચ્છો તો તે તમને મળશે જ. તમારે એ વસ્તુ એવી પ્રચુરતાથી તે ઝંખવી જોઈએ જે ચામડી ફાડીને ફૂટી નીકળે અને જે ઊર્જા એ પૃથ્વીનું સર્જન કર્યું તેમાં જઈને મળે."

– શૈલા ગ્રેહામ

"નેતૃત્વ માટે ભારે હિંમતની જરૂર પડે છે. આપણી આસપાસનાં ટોળાનાં ગુરુત્વાકર્ષણબળને ખાળવાનું અઘરું છે. જ્યારે બધા તમે બીજા બધા જેવા જ બનો તેમ કહેતા હોય ત્યારે ઓછા ખેડાયેલ માર્ગ પર આગળ વધવાનું અઘરું છે. જ્યારે બીજા લોકો તમને તમારી જીંદગી કેવી રીતે બનાવવી જોઈએ તેમ કહેતા હોય ત્યારે તમારી પોતાની શરતોએ તમારી જીંદગી બનાવવાનું અઘરું છે. પરંતુ જ્યારે તમારી મૃત્યુશય્યા પર સૂતા હો ત્યારે તમે એ જાણતા હો કે તમે તમારે જીવવી હતી તેવી જીંદગી નથી જીવ્યા અને તમારાં સ્વપ્નો મુજબ નથી કરી શક્યા ત્યારે જે પસ્તાવાની લાગણી તમારાં હૃદયને ભરી દે તેટલી તીવ્ર બીજી કોઈ લાગણી તમને થઈ શકે નહીં."

– રોબીન શર્મા

તમારા શ્રેષ્ઠ સ્વને જગાડવાની ૬ રીતો

૧. જો તમે તમારી સર્વોચ્ચ કલ્પનાની સર્વોચ્ચ આવૃત્તિ જીવતા હો તો તમારું જીવન કેવું દેખાશે તેની સ્પષ્ટતા કરતું એક ફકરાનું લખાણ તમારી નોંધપોથીમાં લખો.

૨. તમે બધી જ પરિસ્થિતિઓમાં માત્ર સત્ય જ બોલવાનું ક્યારેય અવગણશો નહીં, તેને તમારી અંગત પ્રતિજ્ઞા બનાવો.

૩. તમારાં સ્વપ્નોને છોડી દેવાની ના પાડો. અમારા ઘણા બધા સેમીનારો તથા કોચીંગ કાર્યક્રમોમાં જ્યારે હું તેમાં ભાગ લેનારાઓને તેમનો એક માત્ર પસ્તાવો શું છે તેમ પૂછું ત્યારે તેઓ જવાબ આપે છે : "ઘણાં બધાં વર્ષો પસાર થઈ ગયાં છે અને મેં હજી મારાં સ્વપ્નોનો સામનો કર્યો નથી." આ વસ્તુ તમારી સાથે ન બનવા દો.

૪. તમારા ડર જાણવા માટે જરૂરી આંતરિક કાર્ય કરો. એક વખત તમે તમારા ડર વિશે જાણી લો પછી તેનાથી દૂર ભાગવાને બદલે તેની નજીક જાવ. તમારો ડર એ તમારી જાતને મહાન થતી રોકવાનો અવરોધ છે. એક ડર જ્યારે પણ તમારા જીવનના માર્ગ પર દેખા દે તે દરેક વખતે એ સમજો કે તમે ખરેખર શેને માટે બન્યા છો તે યાદ રાખવા માટે તથા મનુષ્ય તરીકે તમારી પ્રમાણિક શક્તિ પાછી મેળવવા માટેની આ પ્રચંડ તક છે.

૫. જીવનના નાના આનંદોની ઊજવણી કરો. આપણાં જીવનના અંતે આપણને ખ્યાલ આવશે કે નાની ખુશીઓ જ ખરેખર સૌથી મોટી ખુશીઓ હતી.

૬. માત્ર ઘરમાં જ નહીં કામનાં સ્થળે પણ તમારી જાણમાં હોય તેવી સૌથી પ્રેમાળ વ્યક્તિ

બનો, જે વ્યક્તિની અંતિમ વિધી વખતે ચર્ચ, મંદિર, મસ્જીદ કે સીનેગોગ ખીચોખીચ ભરાઈ જાય છે તે એ નથી હોતા જેમના બેંક એકાઉન્ટમાં ઘણા બધા પૈસા હોય છે, પરંતુ એ હોય છે જેમનાં હૃદયની અંદર ઘણો બધો પ્રેમ હોય છે.

૨૫
તમારી જાતનું પુનઃસર્જન કરો



થોડાં વર્ષો પહેલાં હું એક પ્રખ્યાત નેતૃત્વ સલાહકાર સાથે એક જ ફલાઇટમાં હતો જેમણે મારી સાથે વાર્તાલાપ શરૂ કર્યો. અમારો સાથે હોવાનો સમય પૂરો થવા આવ્યો ત્યારે મેં તેમને આ પ્રશ્ન પૂછ્યો : "કઈ વસ્તુએ તમને અને તમે જે તંત્ર સાથે કામ કરો છો તેને, આટલા બધા સફળ બનાવ્યા ?" હું તેમનો જવાબ ક્યારેય ભૂલ્યો નથી. તેમણે કહ્યું, "રોબીન, જ્યારે એકસુત્રતાવાળા પુનઃસર્જનની વાત આવે ત્યારે હું તથા મારી કંપની નિર્ભય હોઈએ છીએ." તેમણે સમજાવ્યું કે દર થોડાં વર્ષે તેઓ પોતાની જાતનું પુનઃસર્જન કરે છે. તેઓ જોખમ ઉઠાવે છે અને પછી તેમની વિચારવાની, કામ કરવાની તથા જીવવાની રીતમાં કંઈક સાવ નવું કરે છે. તેમણે મને કહ્યું કે આ વસ્તુ એ વાતની ખાતરી આપે છે કે તેમના જીવનનાં દરેક પાસાં ઉત્તેજનાપૂર્ણ, પરિપૂર્ણતાવાળાં તથા તાજગીપૂર્ણ રહે છે. તેમણે મને એ માહિતી પણ આપી કે આ અભિગમ અને શ્રેષ્ઠ આચરણ તેમના ગ્રાહકોને રોકાયેલા રાખે છે કારણ કે તેઓ સતતપણે તેમને ધારદાર આઇડીયાઝ આપતા રહે છે.

તમે તમારી જાતનું પુનઃસર્જન કરવા માટે શું કરો છો ? તમે તમારા અંગત ભાગ્યને આગળ વધારવા તથા વધુ મહાન જીવન જીવવા માટે શું કરો છો ? તમે વસ્તુઓને હંમેશાં જે રીતે કરી છે તેને પડકારવા માટે તથા એક મનુષ્ય તરીકે વધુ મોટી રમત રમવા માટે શું કરો છો ? તમે સ્વપ્ન જોવા માટે, હિંમત કરવા માટે તથા ઝળહળવા માટે શું કરશો ?

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"તમારાં મગજને મહાન વિચારોનું પોષણ આપો, કારણ કે તમે જે રીતે વિચારો છો તેના કરતાં તમે ક્યારેય વધારે ઊંચા નહીં જઈ શકો."

– બેન્જામીન ડીઝરાયેલી

"જવાબદારી એ મહાનતાની કિંમત છે."

– વીન્સ્ટન ચર્ચિલ

"જે વસ્તુ જીવનને આટલું મધુર બનાવે છે તે ફરી ક્યારેય નથી આવતી."

– "એમીલી ડીકીન્સન"

"આપણાંમાંની દરેક વ્યક્તિ એક જ સમયે એક નેતા અને એક માનવ બનીને દુનિયામાં ઉપર ચડી શકે છે. આજે દુનિયામાં બહાર નીકળો અને તમે જે કરો તે બધાંમાં... તથા તમે જેને સ્પર્શ કરો તે દરેક જીવનમાં તમારી વધારે માનવતા, શક્તિ તથા મહાનતા લાવો. ટકાઉ સુખ આપણે જે મેળવીએ છીએ તેમાંથી નહીં, આપણે જે આપીએ છીએ તેમાંથી આવે છે."

– રોબીન શર્મા

નેતૃત્વની કિંમત

જીવનમાં સર્વશ્રેષ્ઠ અને જેમણે માત્ર પ્રયાસ કર્યો હતો તેમની વચ્ચેનો તફાવત એ છે કે સાચા નેતાઓ સતતપણે જે સહેલું છે તે નહીં પરંતુ જે યોગ્ય છે તે કરતા રહે છે. આધારભૂત

સફળતા માટે કઠીન પરિશ્રમ અને આત્મશિસ્તની જરૂર પડે છે. વ્યાવસાયિક તેમજ અંગત બંને રીતે તમારાં મહાનતમ જીવન સુધી પહોંચવા માટે તમે તેની કિંમત ચુકવવા ઇચ્છુક હો તે આવશ્યક છે. અહીં ચાર સાદી રીતો આપી છે જે તમને દર્શનીય પરિણામો સર્જવામાં મદદ કરશે.

૧. તમારાં ધોરણો ઉપર લઈ જાવ. તમે જે કાંઇ પણ કરો તે બધામાં વિશ્વ સ્તરીય બનવામાં તમારી જાતને સમર્પિત કરી દો. તમારી પોતાની પાસેથી શ્રેષ્ઠ સિવાય અન્ય કશાની અપેક્ષા ન રાખો. આપણી અપેક્ષાઓ જ આપણું વાસ્તવિક જીવન સર્જે છે.

૨. તમે જાણતા હો તેવી સૌથી સકારાત્મક વ્યક્તિ બનો. તમારો જુસ્સો ચેપી છે. જ્યારે પરિસ્થિતિઓ મુશ્કેલ બને ત્યારે સકારાત્મક બનવું સહેલું નથી, પરંતુ તે સાચું નેતૃત્વ જેના વિશે છે તેનો ભાગ છે.

૩. યાદ રાખો કે તમારું આરોગ્ય જ તમારી સંપત્તિ છે, ઊર્જા વગર તમે ક્યારેય તમારાં સ્વપ્નોને સાચાં નહીં પાડી શકો તથા તમારું મહત્તમ જીવન જીવી નહીં શકો. કસરત કરો. સારું ખાવ અને યાદ રાખો કે તમારી તંદુરસ્ત જ તમારી સૌથી કિંમત મિલકત છે.

૪. તફાવત ઊભો કરો. માનવ હૃદયની સૌથી ઊંડી જરૂરિયાત પોતાની જાત કરતાં કંઈક વધુ મહત્વની વસ્તુ માટે જીવવાની છે. તમને લોકો જેવા મળે તેના કરતાં તેમને વધુ સારી અવસ્થામાં છોડો. તમારાં તંત્રને તમારું જે શ્રેષ્ઠ છે તે આપો અને તે માત્ર તમારાં તંત્ર માટે જ નહીં, તમારી જાત માટે કરો.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. તમે તમારાં જીવનમાં ક્યાં વિકસવા ઇચ્છો છો ?

૨. જો તમને તમારી જાતને એક ફકરામાં વર્ણવવાનું કહેવામાં આવે તો તે ફકરો કયો હશે ?

૩. તમે કોણ છો ? ૪. જો તમારે ૫ અસાધારણ લોકો સાથે જમણ લેવાનું હોય તો તેઓ કોણ હશે અને શા માટે ?

૫. કઈ વસ્તુ તમને જીવનમાં સૌથી વધારે હતાશ કરે છે અને આ હતાશાને દૂર કરવા માટે તમે શું કરી શકો ?

૨૬
શું તમે સારા છો ?



હું છેલ્લા ઘણા સમયથી મહાનતાના સિધ્ધાંતો વિશે વિચારવામાં ઘણો બધો સમય ગાળું છું. હું એવા થોડા સાદા ગુણધર્મો વિશે મનન કરું છું જે એવા સૌથી ભૂલી ન શકાય તેવા પુરુષો તથા મહિલાઓને જુદા પાડે છે જેમણે આ ગ્રહને અન્ય કરતાં છટાદાર બનાવ્યો છે. આપણે એવા યુગમા રહીએ છીએ જ્યાં જટીલતા કામુક છે અને આપણે એવી સોફેસ્ટીકેટેડ વ્યુહરચનાઓ તથા યુક્તિઓ શોધી કાઢીએ છીએ જે આપણને આપણાં કામમાં તથા આપણાં જીવનમાં વધારે સફળ થવામાં મદદ કરશે. પરંતુ આપણાં હૃદયનાં ઉંડાણમાં આપણે જાણીએ છીએ કે આધારભૂત સફળતા એક સાદી પ્રક્રિયા છે. હા, આપણે જે કરીએ તેમાં આપણે ઉત્તમ કરવું જોઈએ. હા, આપણાં ઉત્પાદનો તથા સેવાઓ વિશ્વસ્તરીય હોવાં જોઈએ. હા, આપણે એક ઉચ્ચ દેખાવકર્તા જુથ વિકસાવવું જોઈએ. હા, આપણે કામ કરવાનું એવું માળખું ઘડવું જોઈએ જેથી સૌથી મહત્વની બાબતો કરી શકાય. પરંતુ બીજા કશાય કરતાં વધારે, હું માનું છું કે સાચા અર્થમાં મહાન થવા માટે, આપણે સારા હોવું જોઈએ.

લોકોને સારા લોકો સાથે ધંધો કરવો ગમે છે અને છતાં, આ મહાન અસ્પષ્ટતા તથા નિષ્ઠુર બદલાવના યુગમાં, ઘણા બધા લોકો નૈતિકતા છોડી દે છે. વધારે પડતા લોકો માને છે કે અપ્રમાણિકતા તેમને આગળ લઈ જશે. ઘણા બધા લોકો “પ્લીઝ” અને “થેન્કયુ” જેવા શબ્દોના ઉપયોગનું મહત્વ ભૂલી ગયા છે. ઘણા બધા લોકો એવું માને છે કે જો તમે સારા હશો તો આજની માર્કેટમાં લોકો તમને જીવતા ચાવી જશે. પરંતુ તમારી આસપાસની વસ્તુઓમાં વધારાનું પ્રચંડ મુલ્ય ઉમેરવા તરફ નૈતિક, કરુણાસભર તથા સમર્પિત રહેવું તે તમારી ખાતરીબંધ સફળતા માટેનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. રોબર્ટ લુઇસ સ્ટીવન્સનના શબ્દોમાં : “વહેલા કે મોડા બધાએ પરિણામોનો સામનો કરવાનો જ છે.”

તમારા “સારપના આંક”ને ઉપર લાવવાનું ચાલુ રાખવા માટે થોડા નમૂનાના વિચારો અહીં આપ્યા છે :

- સૌથી નમ્ર વ્યક્તિ બનો.
- દોષ તરફ પ્રમાણિક રહો.
- તમારી જાતને એક વિશ્વ સ્તરીય શ્રેતા થવા તરફ ઉંડાણપૂર્વક સમર્પિત કરો.
- નિયમિત ધોરણે આભાર પ્રગટ કરતી હસ્તલેખિત નોંધો મોકલો.
- ભલાઈનાં કાર્યો કરવા માટેની તક શોધો.
- તમારી જાતને સૌથી સકારાત્મક અને સૌથી જુસ્સાવાળી વ્યક્તિ બનાવવા માટે વચનબધ્ધ થાવ.
- તમારી સમયબધ્ધતા સાથે દોષમુક્ત રહો.

સફળતા અને નેતૃત્વ એવા સાદા સિધ્ધાંતો વડે આવે છે જેનું એલીટ પર્ફોર્મસ રોજીંદા

ધોરણે આચરણ કરે છે. વ્યાપાર માટેનાં પુસ્તકો સોફેસ્ટીકેટેડ યુક્તિઓ તથા ધારદાર સૂચનો આપે છે. પરંતુ સાચા અર્થમાં મહાન બનવા માટે જે પાયાની વસ્તુઓ તમને હૃદયપૂર્વક સૌથી મહત્વની લાગતી હોય તેને વળગી રહો. ભલા બનો. ઉત્તમ રહો. જુસ્સાવાળા બનો અને સૌથી વધારે તો, સારા બનો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"તમે બે વર્ષ સુધી લોકોને તમારામાં રસ લેતા કરવાનો પ્રયત્ન કરીને જેટલા મિત્રો મેળવશો તેના કરતાં બીજા લોકોમાં રસ લઈને બે મહિનામાં વધારે મિત્રો બનાવી શકશો."

– ડેલ કાર્નેગી

"દરેક માણસની એક જ સાચી પ્રવૃત્તિ હોય છે - પોતાના તરફ જતો માર્ગ શોધવાની... તેનું પોતાનું - મનસ્વી ન હોય તેવું - ભાગ્ય શોધવું અને પોતાની અંદર તે મુજબ સંપૂર્ણપણે તથા અડગપણે જીવવું તે તેનું કાર્ય હતું. બાકીનું બધું માત્ર એક ભાવી અસ્તિત્વ, છટકી જવા તરફનો પ્રયાસ, ટોળાંના આદર્શો તરફ પાછાં ફરવું, એ બધું વ્યક્તિનો પોતાનાં આંતરિક લક્ષણનો ડર અને તેને અનુરૂપ હતું."

– હેર્મન હેસ - ડેમીઅનમાં

મહાનતાનાં રોજીંદા નાના કાર્યો કરવાનો મહાવરો કરો. એક મહાન કાર્ય માળામાં એક સાથે પરોવેલ મોતીની જેમ સારી રીતે જીવાયેલ દિવસોની શ્રેણીથી વિશેષ બીજું કંઈજ નથી. દરરોજ, જાગો અને તમારી જાતને શ્રેષ્ઠ થવાનું, ઇનોવેટીવ થવાનું તથા આવનારા કલાકોમાં સારા રહેવાનું વચન આપો. આ વ્યુહરચના એકલી જ તમારી આધારભૂત સફળતાની ખાતરી આપશે.

– રોબીન શર્મા

તમારી ઊર્જાને વધારવાની ૭ રીતો

૧. અઠવાડિયાંમાં ૪ વખત ૩૦ મિનિટ કસરત કરો.

૨. દર અઠવાડિયે કુદરતનાં સાંનીધ્યમાં સમય પસાર કરો.

૩. રાત્રે ૮ વાગ્યા પછી ન જમો. ૪. દર અઠવાડિયે મસાજ કરાવો.

૫. જંક ફૂડ ખાવાનું સંપૂર્ણપણે બંધ કરીને એલીટ પર્ફોર્મરનો આહાર લો.

૬. રોજ સવારે ઉઠીને પહેલું કામ ૩૦ મિનિટ કંઈક પ્રેરણાત્મક હોય તેવું વાંચન કરવાનું કરો (તે તમને ઊર્જા આપશે.)

૭. પુષ્કળ પાણી પીઓ.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો તમારે પાંચ વિખ્યાત મિત્રો હોય, તો તેઓ કોણ હશે ?

૨. તમારાં જીવનમાં તમને કોના તરફ સૌથી વધારે માન છે, શા માટે ?

૩. તમારા જીવનમાં શ્રેષ્ઠ પુરવાર થવું તે કેવું લાગે છે ?

૪. એક વધારે પ્રેમાળ વ્યક્તિ બનવા માટે તમે કઈ ૩ વસ્તુઓ કરી શકો ?

૫. જો તમે શ્રેષ્ઠ તંદુરસ્ત સ્થિતિમાં ન હો તો કઈ પાંચ બાબતો બની શકે ?
શું તમે આજીવન અભ્યાસને સમર્પિત છો ?

જ્યારે હું મોટો થઈ રહ્યો હતો ત્યારે મારા પિતા મને રોજે રોજ વાંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરતા. તેઓ માનતા કે એક પુસ્તક વાંચવું તે લેખક સાથે વાર્તાલાપ કરવા જેવું છે અને કોઈ પણ સારી વાતચિતની જેમ, જ્યારે તમે તેનાથી દૂર ચાલ્યા જાવ ત્યારે તમે દુનિયાને નવી દૃષ્ટિથી જોવાનું શરૂ કરો છો. મારા પિતાની સૂચનાઓનો આભાર કે મને વાંચનનો ઊંડો શોખ લાગ્યો છે અને જ્ઞાન માટેની પ્રમાણિક ભૂખ પેદા થઈ છે. હું નિશ્ચિતપણે સંપૂર્ણ નથી, પરંતુ કૂતુહલપૂર્ણ તથા નવા વિચારો તરફ ખૂલ્લા રહેવું તે હું મારાં જીવનમાં જે યોગ્ય વસ્તુઓ કરી રહ્યો છું તે પૈકીની એક છે.

તમે વાંચવા પાછળ કેટલો સમય ગાળો છો ? દુનિયામાં આજે ઘણા બધા લોકો તેમની બુધ્ધિને પોષણ આપવા માટે સમય આપે છે તેના કરતાં ટેલિવિઝન જોવા પાછળ વધારે સમય ગાળે છે અને છતાં, આપણે એવી દુનિયામાં રહીએ છીએ જ્યાં વિચારો એ સફળતા માટેની જણસ છે. જેઓ શ્રેષ્ઠ વિચારો કરે છે તેઓ સૌથી સફળ તથા પરિપૂર્ણ થયેલા લોકો છે. આપણે માત્ર આપણે જે જાણીએ છીએ તેના પર કામ કરી શકીએ છીએ અને જ્યારે આપણે વધારે સારું જાણીએ છીએ ત્યારે આપણે વધારે સારી પસંદગી કરીએ છીએ.

૨૭
મહત્વપૂર્ણ દિવસ બનાવો



હું મારા કોર્પોરેટ નેતૃત્વ સેમીનારમાં શીખવું છું તેમ : "એક ભવ્ય જીવન એ માળામાં પરોવાયેલ મોતીની જેમ સારી રીતે જીવાયેલ દિવસોની શ્રેણીથી વિશેષ કંઈ જ નથી. મહત્વપૂર્ણ દિવસો ઘડવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો અને તે ચોક્કસ ભવ્ય જીવન લાવશે." દરેક દિવસ તેજસ્વી બને તેની ખાતરી માટે અહીં છ રીતો આપી છે :

૧. તમારા જીવનમાં જે ૧૦ વસ્તુઓ માટે તમારે કૃતજ્ઞ હોવું જોઈએ તે લખવાથી તમારા દિવસની શરૂઆત કરો.

૨. તમારી જાતને પ્રેરિત કરવા માટે તથા તમારી દૃષ્ટિને પૂર્વવત કરવા માટે શાણપણભર્યાં સાહિત્યમાંથી વાંચન કરવા માટે ૩૦ મિનિટ કાઢો.

૩. તમારા દિવસનું આયોજન કરવા માટે ૫ મિનિટ કાઢો અને એ રીતે એવો મૂડ બનાવો જેમાં તમે બાકીના કલાકો તેમાંથી બહાર રહી શકો. ભલે ગમે તેવા, પરંતુ ૩ નાનાં લક્ષ્યો ગોઠવો જે તમે તે દિવસમાં સિધ્ધ કરશો.

૪. તમારી ટોચની અવસ્થામાં રહેવા માટે એક રમતવીર તેનાં જીવનની સૌથી મહત્વની ઘટનાની તૈયારીની તાલીમ વખતે જેવો આહાર લે તેવા પ્રકારનો બ્રેકફાસ્ટ લો અને પુષ્કળ પાણી પીઓ.

૫. તમારા દિવસના અંતે તમારી નોંધપોથી લખીને તમે તમારો દિવસ કેવી રીતે પસાર કર્યો તેના પર મનન કરો. તમારી ક્રિયાઓનું મુલ્યાંકન કરો અને તમારે ક્યાં સુધરવું જરૂરી છે તે ક્ષેત્રો શોધી કાઢો.

૬. તમારા દિવસની "નાની ભૂલો" વિશે વિચારો કરીને તમારા દિવસનો અંત ઉચ્ચ જુસ્સા સાથે લાવો. (જેમ કે તમે પાળેલાં વચનો, તમને જે વર્કઆઉટમાં મજા આવી તે, તમે જે સંબંધ બાંધ્યા તે, તમે જે બોધપાઠ શીખ્યા તે અથવા તમારામાં જે આંતરસૂઝ હતી તે.)

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"આપણે એક અનુભવમાંથી તેમાં રહેલ ડહાપણને જ લેવા પૂરતા સાવધાન રહેવું જોઈએ - અને ત્યાં અટકી જવું જોઈએ; અન્યથા આપણી હાલત ગરમ ઢાંકણાં પર બેસી જતી બિલાડી જેવી થઈ જશે. તે ફરી ક્યારેય ગરમ ઢાંકણાં પર નહીં બેસે - અને તે સારું જ છે; પરંતુ ત્યાર પછી તે ક્યારેય ઠંડા ઢાંકણાં પર પણ નહીં જ બેસે."

– માર્ક ટ્વેઇન

"જીવન ટૂંકું છે. આપણાં જીવનની સૌથી મહત્વની બાબત અન્ય લોકો માટે જીવવું અને તેમનું સારું કરવું તે છે તે વાત ભૂલશો નહીં."

– માર્કસ ઓરેલીયસ

"નેતૃત્વની સૌથી મોટી વક્રતા એ છે કે તમે જેટલું વધારે આપો, તેટલું તમે વધારે મેળવો

અને કહેવાયું છે તેમ, તમે આપી શકો તેવી સૌથી ઉચ્ચ અને સૌથી ટકાઉ ભેટ એ તમે પાછળ જે છોડી જાવ છો તે ભેટ છે. તમે બીજાનાં જીવનમાં ઉમેરેલાં મુલ્યો તથા તમે સુધારેલાં અન્યોનાં જીવન એ તમારી પછી આવનાર પેઢી માટેનો તમારો વારસો છે."

– રોબીન શર્મા

"ધ મોન્ક હુ સોલેડ હીઝ ફરારીમાંથી નેતૃત્વનું જ્ઞાન."

ઘરમાં આગેવાન બનવાની ૫ રીતો

૧. પરિવારના રોજીંદા જમણની વ્યવસ્થા કરો અને પછી તેને વિધિપૂર્વક આપો. આ ભોજન વખતે, ટેબલ પરના પરિવારના દરેક સભ્યને તેમણે તેમના દિવસ દરમિયાન શું કર્યું તે અને આવતીકાલને વધુ સારી બનાવવા માટે તેઓ શું કરશે તે પૂછો.

૨. આદર્શરૂપ બનો. તમે ખરેખર નેતૃત્વ શીખવી ન શકો - તમે તેનો નમૂનો બની શકો. તમારા પરિવારમાં, તમે અન્યો જેવા આદર્શરૂપ બને તેવી અપેક્ષા કરતા હો તેવા આદર્શનું ઝળહળતું ઉદાહરણ બનો.

૩. એક શીખવાની સંસ્કૃતિ સર્જો. કોર્પોરેશન્સ સાથેના મારાં કાર્યમાં હું કર્મચારીઓને તે શીખવાની સંસ્કૃતિનાં સર્જનમાં કેવી રીતે ફાળો આપી શકે કે જેથી ઇનોવેશન્સ તથા આઇડીયાઝ દિવસનું સંચાલન કરી શકે, તે શીખવું છું. તમારાં ઘરનાં વાતાવરણમાં, એવી સંસ્કૃતિને આકાર આપવાનાં પગલાં ભરો જે શીખવાને તથા જ્ઞાન તથા માહિતીનાં આદાન-પ્રદાનને પોષે. આનો એવો અર્થ થઈ શકે કે તમે જ્ઞાન આપતાં સાહિત્યમાંથી એક પુસ્તક ઘેર લઇ આવો અને રવિવારની બપોરે તેના પર ચર્ચા કરો અથવા ટીવી બંધ કરી દો અને તમારા પરિવારને ઉંડાણભર્યા, હૃદય સુધી પહોંચે તેવા સંવાદમાં પરોવો.

૪. હૃદયોને જોડો. જ્યારે આપણે અન્યોનાં હૃદયને જોડીએ છીએ ત્યારે સૌથી સમૃદ્ધ માનવ જોડાણ થાય છે. એટલે કે આપણે તેમની નજરે દુનિયા જોઈએ છીએ અને તેમને દોરે છે તેવી તેમની જરૂરિયાતોની સંભાળ લઈએ છીએ. એટલે કે આપણે તેમના મુશ્કેલ સમયમાં તેમની સાથે રહીએ અને તેમના સારા સમયમાં તેમની સાથે ઊજવણી કરીએ. એટલે કે તેમને પૂરું ધ્યાન આપીને સાંભળવાની સ્વયંશિસ્ત આપણામાં છે અને જ્યારે તેઓ સુધારાઓ કરે ત્યારે તેમને માન્યતા આપીએ. તેનો અર્થ છે કે આપણે તેમને ખરા અર્થમાં ચાહીએ.

૫. પ્રકાશ બનો. આ પૃથ્વી પર આપણને પ્રકાશ આપતા હોય તેવા લોકોની વધુ જરૂર છે; એવા પુરુષો તથા મહિલાઓ જેઓ એ બાબત વિશે સભાન છે કે દરેક માણસ એક સકારાત્મક તફાવત ઊભો કરી શકે છે અને તેઓ જે નેતૃત્વ દર્શાવે છે તેના દ્વારા અન્યોનાં જીવનને ઉપર ચડાવી શકે છે. તમે થઈ શકો તેટલા શ્રેષ્ઠ બનવા માટે, તમારાં ધોરણો ઉપર લઈ જવા માટે અને તમારી જાતને પણ ટપી જાય તેવી રીતે જીવવા માટે તમારી જાતને સમર્પિત કરો. તેને કારણે દુનિયા વધુ સારી થઈ જશે.

જીવનની નોંધપોથી રાખવાનું મુલ્ય

હું મારો શ્રેષ્ઠ દેખાવ કરતા રહેવા માટે સૌથી મહત્વની જે શિસ્ત જાળવું છું તે છે નોંધપોથી રાખવી. મેં લગભગ ૧૦ વર્ષ પહેલાં તે લખવાનું શરૂ કર્યું અને મને થાય છે કે તે મેં વહેલું શરૂ કર્યું હોત તો વધુ સારું હતું. હું ખરેખર ઇચ્છું છું કે તમે તમારું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવો અને પૂર્ણતાથી જીવન જીવવાની પ્રક્રિયામાં જોડાવ - દર થોડા દિવસે નોંધપોથીમાં લખતા રહેવું તે તમને આ કરવામાં મદદ કરશે.મને નોંધ લખવાથી મળતા કેટલાક ફાયદાઓ અહીં આપ્યા

છે :

૧. કબજે કરો. મારી નોંધપોથીનાં પાનાંઓની અંદર, હું જેનો અભ્યાસ કરવા તથા પછી તેને મારાં જીવનમાં ઉતારવા ઇચ્છતો હોઉં તેવા મહાન વિચારો પકડી લઉં છું. જો હું વર્તમાનપત્ર વાંચતો હોઉં અને કોઈએ એક રસપ્રદ મુદ્દો ઉઠાવ્યો હોય, તો હું તે ટાંચણ કાપીને મારી નોંધપોથીમાં ચોંટાડી દઉં. પછી હું તેની નીચે મારું પોતાનું મંતવ્ય લખું. (હું પુષ્કળ મુસાફરી કરું છું અને હંમેશાં મારી નોંધપોથી, એક કાતર અને ગુંદર મારી બેગમાં રાખું છું.) જો એક સામયિકમાં મારી આદર્શ વ્યક્તિનો ફોટો હોય અથવા મારાં લક્ષ્યને લગતી કોઈ છબી હોય તો તેને પણ હું કાપીને તેમાં ચોંટાડી દઉં. આ કામ મને આશાથી તરબોળ કરી દે છે અને મારાં સ્વપ્નોને જીવંત રાખે છે.

૨. સુદૃઢ બનાવો. મેં જોયું કે, જીવવાની પ્રક્રિયાના પ્રમાણિક વિધાર્થી તરીકે, મારે હું જે બાબતો સાથે ખરેખર જોડાવા માંગતો હોઉં તે લખી લેવાની જરૂર છે. મારા કહેવાનો અર્થ છે કે : જો હું એક સેમીનારમાં હાજરી આપું અથવા એક મહાન પુસ્તક વાંચું તો, મેં જોયું છે કે હું જે શીખ્યો છું તે લખી લેવાથી. બોધપાઠ મારી અંદર ઉંડે ઊતરી જાય છે. તે ઘણો વધારે આત્મસાત થઈ જાય છે અને હું તેમને વધુ સ્પષ્ટપણે યાદ રાખી શકું છું.

૩. મુક્ત કરો. જો મારો દિવસ પડકારજનક રહ્યો હોય, તો હું મારી નોંધપોથી કાઢીને મારી હતાશાઓ તેમાં ઠલવી દઉં અને મારા અનુભવોને કાગળ પર વ્યક્ત કરું. આ ક્રિયા મારા તણાવને મુક્ત કરે છે અને મારા પરમમિત્ર સાથે ઉંડાણપૂર્વક વાત કર્યા પછી મને જેવું લાગે તેવું આમ કરવાથી લાગે છે.

૪. મનન કરો. મેં મારા પુસ્તક : "લીડરશીપ વીઝડમ ફ્રોમ ધ મોન્ક હુ સોલ્ડ હીઝ ફરારી: ધ ૮ રીચ્યુઅલ્સ ઓફ વિઝનરી લીડર્સ"માં લખ્યું છે તેમ "મનન એ ડહાપણની માતા છે." આપણે એવી દુનિયામાં રહીએ છીએ કે જ્યાં લોકો દર અઠવાડિયે માત્ર વિચારવા સિવાય બીજું કંઈ જ ન કરવા માટે દર અઠવાડિયે થોડોક સમય પણ કાઢી નથી લેતા અને છતાં, જો તમે જે રીતે તમારા જીવનનું સંચાલન કરી રહ્યા છો તેના પર મનન કરવામાં અને મહત્વની બાબતો - ચાલ - સુધારવામાં નિષ્ફળ જાવ તો તમે ચોક્કસ એકની એક ભૂલ ફરી ફરીને કરશો. મારી નોંધપોથી મને મારી પોતાની સાથે વાર્તાલાપ કરવાની તથા થોડું અંગત આત્મનિરિક્ષણ કરવાની જગ્યા પૂરી પાડે છે. આમ કરવાથી, મારો ભૂતકાળ મારે માટે કામ કરે છે, અને દરેક દિવસ આગલા દિવસ પરથી ઘડાય છે.



અમારા ૨ દિવસીય કોર્પોરેટ કોચીંગ કાર્યક્રમ, ધ એલીટ પર્ફોર્મસ સીરીઝે અમારા કોર્પોરેટ ગ્રાહકોમાં દિગમૂઢ કરી નાખે તેવી સફળતા મેળવી છે, જેમાં મોટી બેંકો, દુનિયાની સૌથી મોટી સોફ્ટવેર કંપનીઓ પૈકીની એક તથા મેનુફેક્ચરીંગ ઓર્ગેનાઇઝેશન્સનો સમાવેશ થાય છે. અમારી લાગણી કેન્દ્રિત નેતૃત્વની માલિકી પ્રક્રિયા પર આધારિત આ કાર્યક્રમ કર્મચારીઓ માટે એલીટ પર્ફોર્મસ તથા આધારભૂત નેતા તરીકે વિચારવા અનુભવવા તથા કામ કરવાનું કારણ બને છે. આ બદલાવના યુગમાં, શેનું ખરેખર મહત્વ છે તે ભૂલી જવું તે કર્મચારીઓ માટે સહેલું છે. આપણા દિવસની અંદર ઊભા થતાં બધાં વ્યવધાનો સાથે, આપણે માટે આપણી સર્વોચ્ચ રમત રમવાનું તથા આપણી ખરી પ્રતિભાને ઝળહળવા દેવાનું ભૂલી જવાનું એકદમ સહેલું છે. આ ઝડપ, ટેક્નોલોજી તથા અનિશ્ચિતતાના યુગમાં જ્યારે આ બધું આપણને આવી મળતું હોય ત્યારે, એલીટ પર્ફોર્મર્સ કેવા હોય તે અને લોકો તરીકે આપણી સર્વોચ્ચ શક્તિ પરિપૂર્ણ કરવા માટે આપણા દરેક પર મુકાયેલ આદેશને ભૂલી જવાનું સહેલું છે.

એક એલીટ પર્ફોર્મરનાં ધોરણ મુજબ જીવવા તથા કામ કરવાનું આપણને આપણા પોતાના વિશે સારા હોવાનો અનુભવ કરાવે છે. આપણા દરેકે દરેકની અંદર એક સાક્ષી રહેલો છે. કહેવાનો મતલબ છે કે, આપણે દરેક, આપણા અંતરતમમાં એક એવું જાણકારીનું સ્થાન ધરાવીએ છીએ જે આપણે કેવી રીતે જીવીએ છીએ તથા કેવી રીતે આપણા જીવનનું સંચાલન કરીએ છીએ તે જુએ છે. જ્યારે આપણે આપણાં પ્રમાણિક મુલ્યો મુજબ જીવીએ છીએ, મહેનત કરીએ છીએ, લોકો સાથે સારું વર્તન કરીએ છીએ તથા આપણે કરેલાં કાર્યો દ્વારા મુલ્યો ઉમેરીએ છીએ ત્યારે આ સાક્ષી જુએ છે કે આપણે આપણા મૂળભૂત સ્વભાવમાં ખરા ઉતર્યા છીએ. આપણું આત્મસમ્માન વધે છે અને આપણી જીંદગી કામ કર્યા વગર રહી શકતી નથી. આપણને આપણા પોતાના વિશે સારું લાગવા માંડે છે. ઊર્જા મુક્ત થાય છે અને આપણે ખરેખર જે છીએ, વધારે તેવા થવા લાગીએ છીએ. તમારાં જીવનનાં દરેક પરિમાણમાં તમારી જાતને એલીટ પર્ફોર્મન્સ માટે પ્રતિબધ્ધ કરવી તે તમારા દિવસોની જટીલતામાં વધારો નથી કરતું. તેને બદલે, તે તમારાં જીવનની ગુણવત્તા ઉપર લાવશે અને તમારે માટે બાબતોને સરળ બનાવશે અને આપણી અંદર ઉંડાણમાં, આપણી સર્વોચ્ચ ભેટને વાસ્તવિક બનાવવાની તથા આપણે જેને માટે બન્યા છીએ તેવી વ્યક્તિ બનવાની એક માનવ સહજ ભૂખ રહેલી છે. છતાં આપણામાંના મોટાભાગના આ ઇશ્વરીય તેડાંને સ્વીકારવામાં નિષ્ફળ જાય છે. આપણે નાની ભૂમિકા ભજવીએ છીએ અને એવી માન્યતાનાં છટકામાં સપડાઈએ છીએ કે મહાનતા થોડાંક પસંદગી પામેલા લોકો માટે આરક્ષિત છે. મારી ગહનતમ માન્યતા એ છે કે આ પૃથ્વી પરની દરેક વ્યક્તિ એ “પસંદગી પામેલ થોડાક લોકો”ની જાતિમાં જ આવે છે. આ પૃથ્વી પરની દરેક વ્યક્તિની અંદર એક તેજસ્વીતા પડેલી છે, જેને જો તેઓ શોધી શકે તો તે તેમને ચકાચોંધ કરી દેશે. ફ્રેડરિક ફ્રોસ્ટે એક વખત લખ્યું છે તેમ : “દરેકની અંદર એક રાક્ષસ સૂતેલો છે. જ્યારે તે રાક્ષસ જાગે છે, ત્યારે ચમત્કારો બને છે.”

આપણે ઉનાળાના મહિનાઓમાં પ્રવેશી રહ્યા છીએ, ત્યારે હું તમને વધારે ચિંતનાત્મક બનવા માટે સમય કાઢવાનું આમંત્રણ આપું છું. તમે કેવી રીતે જીવો છો અને કયા સ્તરે કામ કરો છો તેના પર ધ્યાન આપતા રહો. તમારી જાતને આવા પ્રશ્નો પૂછતા રહો : "શું હું મારી શક્તિને પરિપૂર્ણ કરું છું ?", "શું હું અંગત મહાનતાને ખાળું છું ?", "હું મારા દિવસો દરમિયાન જે કરું છું તે એક સમૃદ્ધ વારસો બનાવે છે ?" કદાચ, તમે પ્રકૃતિમાં વધારે સમય વિતાવવાનું પસંદ કરો. કદાચ, તમે એલીટ પર્ફોર્મન્સના અર્થ તથા તે તમારાં જીવનમાં જે મુલ્યો લાવશે તેના વિશે વધારે ઉંડા વાર્તાલાપમાં ગુંથાઈ જાવ. હું જાણું છું તે એક વાત આ છે : દુનિયાને વધારે નેતાઓની જરૂર છે. દુનિયાને સૌથી સરસ ભૂમિકા ભજવતા તથા શ્રેષ્ઠ જીવન જીવતા લોકોની જરૂર છે. દુનિયાને જેઓ પોતે જ પ્રકાશ સમાન છે તેવા લોકો તથા એવી વ્યક્તિઓની જરૂર છે જે દરેક માણસે જેનું પ્રતિબિંધ પાડવાનું છે તે તેજસ્વીતામાં માને છે. તમારાં હૃદયને એલીટ પર્ફોર્મન્સ તરફ ખૂલ્લું કરો અને શ્રેણીબધ્ધ હૃદય સ્પર્શી વચનો આપો જે તમને તમારા ધંધા તથા અંગત જીવનની હવે પછીની શક્યતામાં આગળ વધવામાં મદદ કરે. આમ કરવું તે તમારા ભાગે એક ઉમદા ઇશારો હશે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જીવન ટૂંકું છે. તમારાં જીવનની સૌથી મહત્વની બાબતો છે અન્યો માટે જીવવું તથા તેમને માટે સારું કરવું - તેના વિશે ભૂલશો નહીં."

– માર્કસ ઓરેલીયસ

"ભૂતકાળનો પસ્તાવો ન કરો. પસ્તાવાનો ઉપયોગ શું છે ? જુઠાણું કહે છે કે તમારે પસ્તાવું જોઈએ. સત્ય કહે છે કે તમે પ્રેમથી ભરેલા હોવા જોઈએ. બધી ઉદાસ કરતી યાદોને તમારાથી દૂર ધકેલી દો. ભૂતકાળ વિશે વાત ન કરો. પ્રેમના પ્રકાશમાં જીવો, અને તમને બધી વસ્તુઓ આપવામાં આવશે."

– પર્શીયન કહેવત

"જ્યારે આપણે આપણા બધા બોધપાઠો ભૂલી જઈએ છીએ ત્યારે જ આપણે જાણવાનું શરૂ કરીએ છીએ."

– હેન્રી ડેવીડ થોરો

"નેતાની ફરજ સ્વસુધારણા નહીં, સ્વ વિશે યાદ રાખવાની છે. તમે જે બનવાનાં સ્વપ્નાં જોયા છે તે બધું જ તમે બની ચૂક્યા છો. તમારી જાતને જાણવા માટે જરૂરી આંતરિક કાર્ય કરીને તમે તમારી આધારભૂત શક્તિ સુધી પહોંચી શકશો અને તમે ખરેખર કોણ છો તે ફરી જાણી શકશો. આ જ અંગત જાગૃતિ છે. આ જીવનનો અર્ક છે. આ સફળતાનું રહસ્ય છે. આ એ વસ્તુ છે જે સાચા નેતાઓ કરે છે."

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો તમારું જીવન કોઈ એક શબ્દના પ્રતિકરૂપ હોય તો તે એક શબ્દ કયો હશે, શા માટે ?

૨. તમારા જીવનની નિર્ણાયક ક્ષણ કઈ હતી અને તેણે તમને આકાર આપવામાં, ઘડવામાં તથા વિકાસ કરવામાં કેવી રીતે કામ કર્યું છે ?

૩. આ ક્ષણે તમે તમારાં જીવનમાં કઈ વસ્તુનો સૌથી વધુ પ્રતિકાર/સામનો કરો છો ?

ડરનું સૌંદર્ય

તમે દરરોજ તમને ડરાવતા હોય તેવાં સ્થળોની મુલાકાત લો છો ? તમે તમારા ડરથી દૂર ભાગવાને બદલે, તેની સામે જાવ છો ? બધા નેતાઓ સમજે છે કે તેમના ડરની બીજી તરફ તેમનું ભાગ્ય પડેલું છે. જો તમે તમારા ડરનો પ્રતિકાર કરશો તો તે વળગી રહેશે. પરંતુ જો તમે તમારા ડરને ગળે લગાડશો અને બરાબર તેની સામે જ જશો તો તમે એક મનુષ્ય તરીકે સીધા તમારા વિકાસ તરફ પગલાં ભરશો. ખરેખર તો તમારા ભય વધુ ઉંડા સ્તરે તમારી પોતાની જાતને ઓળખવાની તક દર્શાવે છે. તમારા ડર એ તમારી પાસે આવતા તમારા વિકાસ કરતાં બીજું કંઈ જ નથી. જ્યારે તમે તમારા ડરને જાણી લો છો ત્યારે તમે તમારી આધારભૂત શક્તિને પાછી મેળવવા માટે કરવું જરૂરી છે તે કામને પણ જાણી લો છો. ઉ.ત. જો તમને નબળા હોવાનો ડર હોય, અને તમે તેનાથી દૂર ભાગતા હો તો તે ડર હંમેશાં તમારાં જીવનમાં આગળ પડતી ભૂમિકા ભજવશે. બીજી તરફ, જો તમારામાં સામે પગલે તે ડર તરફ જવાની હિંમત હોય, અને તેમાં કૂદી પડો (અને તેમાંથી બહાર આવો) તો તમે ખરેખર જે છો તે દિશામાં મોટું પગલું ભરશો. તમે એક ડરને પાર કરી ગયા છો અને તેમ કરવામાં, એક વ્યક્તિ અને એક નેતા તરીકે વધારે શક્તિશાળી થયા છો. યાદ રાખો, ડર એ વધારે શક્તિશાળી અને વધારે આધારભૂત થવા માટેની તકને પ્રતિબિંબીત કરતા નિશાનીરૂપ સ્તંભ છે. તેમની દરરોજ મુલાકાત લો અને તેમને જાણો. તમે ધારો છો તેટલા તે ડરામણા નથી.

૨૯
તમારી જાગૃતિ ઘડો



આપણે આપણાં જીવનમાં બદલા લાવી શકીએ તથા નેતા તરીકે સંપૂર્ણ હોવાનો દેખાવ કરી શકીએ તે માટેના પ્રાથમિક માર્ગો પૈકીનો એક છે, જે બાબતો ખરેખર મહત્વની છે તેની આસપાસ જાગૃતિ ઊભી કરવી. તમે તમારી પ્રાથમિકતાઓ, તમારી આકાંક્ષાઓ તથા તમારે કઈ બાબતોમાં સુધારો કરવાની જરૂર છે તેના વિશે તમે જેટલા વધારે સજાગ થઈ શકશો તેટલો તમારાં જીવનમાં વધારે સકારાત્મક બદલાવ આવશે. મર્યાદિત કરતી માન્યતાઓ, ખોટી ધારણાઓ તથા નકારાત્મક આદતોને સ્થાને જ્યારે જાગૃતિનો પ્રકાશ આવે છે ત્યારે તેઓ તમારા પરની તેમની પકડ ગુમાવવા લાગે છે. આવતા મહિનામાં તમારે જાગૃતિ ઘડવા માટેના પાંચ પ્રશ્નો અહીં આપ્યા છે :

૧. મારામાં જે રીતે જીવવાની શક્તિ છે તે હું જાણતો હોંઉ અને તે રીતે જો હું જીવતો હોઉં તો મારું જીવન કેવું દેખાય ?

૨. એવી કઈ ત્રણ વ્યક્તિઓ છે, જેને જો હું ખરેખર જાણી શકું તો તે મારાં જીવનને પછીના તબક્કા સુધી ઉપર લાવવામાં મદદ કરે ?

૩. હું એવાં કયાં ૩ પુસ્તકો વાંચી શકું જે મને મારું સુંદર જીવન સર્જવામાં પ્રેરણા આપે ?

૪. હું દર અઠવાડિયે કઈ એક વસ્તુ મારાં જીવનને તેના ઉચ્ચતમ સ્તર સુધી લઈ જવા માટે કરી શકું ?

૫. એવું કયું એકમાત્ર પાસું છે જે મને મારું હૃદય ઇચ્છે છે તેવું જીવન જીવવાથી સૌથી વધારે રોકે છે ?

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"જવાબ દેહીતા એ અકસ્માતને બદલે પસંદગી મુજબ જીવવાની તક છે. જવાબ દેહીતા એ માત્ર બેસીને જે થાય તે જોયા કરવાને બદલે ભવિષ્ય ઘડી કાઢવાની તક છે."

– વેર્નર એર્હાર્ડ

"તમારું ભાગ્ય શું હશે તે હું નથી જાણતો, પરંતુ હું એક વાત ચોક્કસ જાણું છું : તમારામાંથી જે ખરેખર સુખી થશે તે વ્યક્તિઓ એ છે જેમણે કેવી રીતે સેવા આપવી તે શોધ્યું તથા જાણ્યું છે. જવાબદારી લેવા માટેની પ્રતિબધ્ધતા હોય તો તે જ તે વ્યક્તિના રૂપાંતરણનો પાયો બને છે."

– આલ્બર્ટ સ્વાઇત્ઝર

"દરેકની અંદર એક રાક્ષસ સૂતેલો છે. જ્યારે તે રાક્ષસ જાગે છે ત્યારે ચમત્કારો થાય છે."

– ફ્રેડરિક ફ્રોસ્ટ

તમારાં અંતરતમને ઝળહળવા દેવાની ૫ રીતો

૧. સૌથી આધારભૂત વ્યક્તિ બનો જેથી દુનિયા સામે તમે જે વ્યક્તિને રજુ કરો છો તે તમે અંદરથી જે વ્યક્તિ છો તેનું પ્રતિબિંબ પડે.

૨. સૌથી માયાળુ વ્યક્તિ બનો.

૩. બધી ઘટનાઓમાં સત્ય બોલો (પરંતુ તે પ્રેમાળ રીતે કરો).

૪. તમારી નશ્વરતાની જાગૃતિની અંદર રહીને દરેક દિવસ જીવો.

૫. તમારા પોતાનાં સુખને બદલે અન્યોનાં સુખ વિશે વધારે કાળજી રાખો.



રાઉન્ડર્સ મૂવીમાં પ્રખ્યાત નટ પાપા વાલેન્દા કહે છે : “જીવન તાર પર જીવાય છે. બાકીનું બધું માત્ર રાહ જોવી તે છે.” તમારા જીવનના બધા આનંદ, શક્યતાઓ તથા ઊજવણીઓ તમારા ડરનાં દ્વારની બરાબર પછવાડે જ રહેલ છે. દરરોજ જોખમ ખેડવાં તે તમારા જીવનમાં ઉચ્ચ સ્થાનો પર પહોંચવા માટેની શક્તિશાળી રીતો છે. એ વાત ક્યારેય ન ભૂલો કે તમારા બધા ડરની બીજી બાજુએ તમારી સ્વતંત્રતા પડેલી છે. આજે એક માનવ તરીકે તમારી મોટાઈને ઝળહળવાથી રોકતા હોય તેવા દરેકે દરેક ડરનું ઓડીટ કરવા માટે પાંચ મિનિટ કાઢો. પછી, આવતા ૩૦ દિવસમાં, આ બધા ડરને ઉકેલવાના પ્રયાસમાં કંઈક નાનું પરંતુ અસુવિધાજનક હોય તે કરો. (આ ડર ખરેખર તમે જીવનમાંથી પસાર થતાં એક કાલ્પનિક મર્યાદા તરીકે જે ઊભું કર્યું છે તેનાથી વિશેષ કંઈ જ નથી.) ડરનો અનુભવ કરો અને તે કોઈ પણ રીતે કરો જ. પછીનાં થોડાં અઠવાડિયાંઓમાં તમારી અંદર કશુંક નોંધપાત્ર રીતે બદલાવા લાગશે. આત્મવિશ્વાસ ઊભો થશે અને ગતિ તમને તમારા ડરને જીતવા માટે વધુ પ્રેરિત કરશે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“જે જગ્યાએ તમારા સૌથી મોટા ડર આવેલા છે તે એ જ સ્થળ છે જ્યાં તમારો સૌથી મોટો વિકાસ રહેલો છે.”

– રોબીન શર્મા

“આપણે જેને પાછળ છોડી જઈએ છીએ તે લોકોનાં હૃદયોમાં વસવું તે મૃત્યુ નથી.”

– થોમસ કેમ્પબેલ

“તમારાં હૃદયને પૂછો, જો મારું જીવન થોડુંક વધારે લાંબુ હોય, તો મારે માટે સૌથી મહત્વનું શું છે, હું શેનું મુલ્ય કરુ છું, હું કઈ રીતે જીવવા માગું છું.”

– જેક કોર્નફીલ્ડ

“તમારાં જીવન સાથે નાની રમતો રમવાનું બંધ કરો. તમારા ડરને સંભાળો, ભૂતકાળને જવા દો અને તમે જે વ્યક્તિ બનવા માટે નિર્મિત થયા છો તેની સાથે પુનઃસંધાન માટે તમારા હૃદયમાં ઉંડે ઉતરો. પછી આજે દુનિયામાં બહાર નીકળો અને તેને વધુ સારું સ્થળ બનાવવા માટે કશુંક નાનું પગલું ભરો.”

– રોબીન શર્મા

શ્રેષ્ઠ બનવા માટેની ૫ રીતો

૧. દૃઢતાપૂર્વક કરુણામય બનો. મૃત્યુ સમયે પોતે ઓછા દયાળુ હોય તેવું કોઈએ ક્યારેય નથી ઇચ્છ્યું. મહાન જીવન જીવવા માટે તમારા હૃદયથી કામ કરવું, બોલવું તથા જીવવું તે તમે કરી શકો તેવી સૌથી મહત્વની વસ્તુ છે. માત્ર ત્યારે જ તમારી દુનિયા બદલાશે.

૨. નમ્ર બનો. પૂર્વના સાધુઓ જેને "શરૂઆત કરનારનાં મન" કહે છે તેની સાથે જીવો. યાદ રાખો કે તમારા જીવનમાં પ્રવેશ કરે છે તે દરેકની પાસે, જો તમારામાં તેમના તરફ ખૂલ્લું મન રાખવાનું ડહાપણ હોય તો, કહેવાની એક વાર્તા હોય છે અને શીખવવા માટે એક બોધપાઠ હોય છે. એ પણ યાદ રાખો કે તમારાં જીવનમાં આવતી દરેક વ્યક્તિ તમારે જે શીખવાની જરૂર છે તે બોધપાઠ તમને શીખવવા માટે બરાબર યોગ્ય સમયે જ તમારા જીવનમાં પ્રવેશ કરે છે.

૩. અસુવિધાપૂર્ણ હોવા તરફ સારા બનો. પાતળા આધાર પર જીવન જીવવામાં જીવનનો આનંદ રહેલો છે. સુરક્ષા તથા તમારા પ્રસન્નતાના નાના પ્રદેશની અંદર રહેવા માટે ઝંખવાનું બંધ કરો. વધુ હિંમતભર્યાં સ્વપ્નાઓ જુઓ. વધુ જ્ઞાની લોકોને મળો. વધુ મહાન વસ્તુઓ કરો. નવા વિચારને તમારા જીવનમાં લાવવા માટે કંઈક કર્યા વગર તેના પરથી ક્યારેય નજર ન ખસેડીને ક્રિયા કરવાની આદત કેળવો.

૪. આ દુનિયામાં સંબંધો ઘડનાર તથા પ્રકાશરૂપ બનો. તમારા સંબંધો જેટલા વધુ સમૃદ્ધ, તેટલા તમે એક વ્યક્તિ તરીકે વધુ સમૃદ્ધ. મોટેભાગે, આપણા જીવનમાં આપણે જેટલા અંશે લોકો સાથે જોડાયેલા હોવાનું અનુભવીએ તેમાંથી માણસ તરીકેનું સુખ આવે છે. ખરેખર એકદમ સુખી લોકો તેમના "માનવ જોડાણો" પર એકદમ સખત મહેનત કરે છે. આવતા ૩૦ દિવસોમાં, તમે જે લોકો વચ્ચે વિંટળાયેલા છો તેમને માટે તમે કેવી રીતે પ્રકાશરૂપ બની શકો તે તમારી જાતને પૂછો. કદાચ તમે વધારે સ્મિત આપવાનું, વધારે વિશ્વાસ કરવાનું અથવા વધારે કામ કરી આપવાનું વચન આપો. જો તમે તમારાં જીવનમાં વધારે પ્રેમ ઇચ્છતા હો તો તેનો ઉપાય સાદો છે : વધારે પ્રેમાળ બનો. યાદ રાખો - જીવનમાં વધારે મેળવવા માટે, સૌ પ્રથમ તમારે દુનિયા માટે કંઈક વધારે બનવું પડે.

૫. આંતરિક કાર્ય કરો. જીવનનું બધું જ નેતૃત્વ પોતાની જાતનાં નેતૃત્વથી શરૂ થાય છે. એ આશા રાખવાનું છોડી દો કે જો તમારી આસપાસના લોકો બદલાશે તોજ તમારું જીવન બદલાશે. તમે જે વ્યક્તિ છો તેમાં સુધારા કરવાનું શરૂ કરી દો અને જુઓ કે તમારી સાથે સારી બાબતો બનવા લાગશે. દરરોજ ૩૦ મિનિટ વાંચન કરો. એક નોંધપોથી રાખો જેથી તમે તમારાં જીવનનું જે રીતે સંચાલન કરો છો તેમાં વધારે ઇરાદાપૂર્વકનાં થઈ શકો. તમારા સમયનો આદર કરો. તમારા શરીરની માવજત કરો. પ્રકૃતિ સાથે નિકટતા અનુભવો અને તમારાં અંતરતમમાંથી તમારી વિચારવાની, અનુભવવાની તથા જીવવાની રીતેને ઉપર લાવવાનું વચન આપો.

૩૧
શિર્ષક વગર નેતૃત્વ કરો



છેલ્લા થોડા મહિનાઓથી હું સંસ્થાઓ સાથે એક સાદો સંદેશ વહેંચતો ઘણા જુદા જુદા દેશોમાં પ્રવાસ કરું છું : દરેક વ્યક્તિ - સીઇઓથી લઈને આગલી હરોળમાં રહેલ વ્યક્તિ સુધી - એ એક નેતાની જેમ વિચારવાની, અનુભવવાની તથા વર્તન કરવાની જરૂર છે. હું ઉંડાણપૂર્વક માનું છું કે એક કંપનીનો સ્પર્ધાત્મક લાભ તેઓ સ્પર્ધક કંપની કરતાં કેટલી ઝડપે તેના લોકોમાં નેતૃત્વની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે તેમાંથી આવે છે. નેતૃત્વ એ માત્ર જેઓ એક્ઝિક્યુટીવ સુટ પહેરીને ફરે છે તે લોકો માટે જ નથી. તમે તમારાં તંત્ર (અથવા સમાજ)માં ભલે ગમે તે કરતા હો, જો તમે શ્વાસ લો છો તો તમને તમારું નેતૃત્વ દર્શાવવાની તક છે અને આ દુનિયાને નેતાઓની જેમ વર્તતા માણસોની અગાઉ ક્યારેય ન હતી તેટલી જરૂર છે. સરળ રીતે કહીએ તો, જો આપણે મહાનતા મેળવવાની આશા રાખતા હોઈએ તો આપણામાંના દરેકે શિર્ષક વગર નેતૃત્વ કરવાની જરૂર છે.

પ્રમાણિક નેતૃત્વ કેવું હોય છે તે ઘણા બિઝનેસ એક્ઝિક્યુટીવ્સ મને પૂછે છે. મારે માટે, નેતૃત્વનો અર્થ છે તમે કામ પૂરું કરાવો છો. નેતૃત્વનો અર્થ છે તમે વચન પાળો છો. નેતૃત્વનો અર્થ છે તમે લોકોમાં જે શ્રેષ્ઠ રહેલું છે તે જુઓ છો અને તેમને સફળ થવાનું શીખવો છો. નેતૃત્વનો અર્થ છે તમે તમારી જાણમાં હોય તેવી સૌથી સકારાત્મક અને સંબંધો ઘડવા માટે સમર્પિત વ્યક્તિ છો. નેતૃત્વનો અર્થ છે તમારામાં સામાજીક જવાબદારીની ભાવના છે જેથી તમે માત્ર તમારાં તંત્રને જ વિશ્વ સ્તરે નથી લઈ જતા, પરંતુ તમે એક નવી દુનિયા ઘડવા માટે તમારો ભાગ ભજવો છો અને છેવટે નેતૃત્વનો અર્થ છે કે અંધકારને દોષ દેવાને બદલે, તમે પ્રકાશનો દીવો પ્રગટાવો છો.

જો આપણામાંની દરેક વ્યક્તિ આપણી કુદરતી નેતૃત્વ ક્ષમતા પ્રદર્શિત કરે તો દુનિયા કેવી હશે તેની કલ્પના કરો. લોકો બીજાનું નિશાન નહીં બનતા હોય. લોકો તેજસ્વી પરિણામો પેદા કરવા માટે તેમની કુદરતી સર્જનાત્મકતાનો ઉપયોગ કરતા હશે. લોકો બીજા લોકોને તેમની શક્તિ વિશે સમજવામાં તથા તેમનાં જીવન વડે તફાવત ઊભો કરવામાં મદદ કરશે. તંત્રો-સંસ્થાઓ-અસામાન્ય બની જશે અને આપણી દુનિયા ખૂબ જ સુધરેલું સ્થળ બની જશે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“મહાન કંપનીઓ પાસેની મહાન ટીમમાં ઘણું સર્વસામાન્ય હોય છે. જે ખેલાડીઓ જ્યારે કોઈ ધ્યાન ન આપતું હોય ત્યારે પણ સખત પ્રેક્ટિસ કરે છે તેઓ સામાન્ય રીતે જ્યારે બધા જોતા હોય ત્યારે જોરદાર રમત રમે છે. એ જ માળખું પ્રગટ કરે છે કે કોઈ પણ સ્તરે સફળતા માટે તેણે કેટલી મહેનત કરી હશે.”

– માઇકલ જોર્ડન

“અસામાન્ય બનવા માટેનું પ્રથમ પગલું છે સામાન્ય બનવાનું બંધ કરવું.”

– સેથ ગોડીન

“તંદુરસ્તી એ સાજા માણસના માથા પરનો મુગટ છે જેને બીમાર માણસ માત્ર જોઈ શકે

છે.”

– અજ્ઞાત

“તમે જેવા દિવસો જીવો છો, તેવું તમારું જીવન ઘડાય છે.”

– રોબીન શર્મા

છોડી ન દો

સ્ટારબક્સમાં બેઠો છું, કોફી પીવું છું, વિચાર કરું છું, દિવાસ્વપ્ન નથી જોતો, સમય નથી બગાડતો, ચિંતા નથી કરતો, માત્ર વિચાર કરું છું. આ મારી શ્રેષ્ઠ આદત છે. મોટેભાગે હું એક ધ્યેયની ભાવના હોવાનાં મહત્વ વિશે અને પછી તેને માટે ખરા ઉતરવા વિશે વિચારું છું. છતાં તે એટલું સહેલું નથી.

મેં જોયું છે કે હું જેટલાં મોટાં સ્વપ્ન જોવું છું તેટલા મોટા અવરોધોનો સામનો કરું છું. જીવનમાં મારું ધ્યેય ખૂબ જ સ્પષ્ટ છે : હું મનુષ્યોને અસાધારણ બનવામાં તથા તંત્રોને વિશ્વ સ્તરીય બનવામાં મદદ કરવા ઇચ્છું છું. મારામાં એ સ્વપ્ન પૂરું કરવાનો તથા આ દુનિયાને વધુ સારું સ્થળ બનાવવા માટે મારો ભાગ ભજવવાનો જુસ્સો છે. મારા માટે આ માત્ર ધંધો નથી - તે મારે માટેનું ઇશ્વરનું તેડું છે. પરંતુ હું જેટલો વધારે ઉપર પહોંચું છું, તેટલી મારી વધારે કસોટી થાય છે. આ વાત પરિચિત લાગે છે ?

પરંતુ પડકારો સારા છે. આપણે તેમના દ્વારા વિકસીએ છીએ. આપણે ભયમાં હોઈએ ત્યારે સૌથી વધારે જીવંત હોઈએ છીએ. આપણામાંના સૌથી ડાહ્યા લોકો - ખરા નેતાઓ છે તેઓ, વિપરિતતા સામે સ્મિત આપે છે. તેઓ સમજે છે કે જીવન મોટા સ્વપ્નસેવીઓની - જુસ્સાભર્યા ક્રાંતિકારીઓની ચકાસણી કરે છે. તે લગભગ ખેતરમાંથી નીંદામણ કાઢવાની પ્રક્રિયા જેવું છે - માત્ર જેઓ મજબૂત (અને શ્રેષ્ઠ) છે તેઓ જ તેમનાં હૃદયનાં ગીત મુજબ જીવે છે.

આથી મારે જે પણ અવરોધનો સામનો કરવો પડે, હું તેનાથી ઉપર ઉઠીશ. હું સ્વપ્ન પર મારી નજર ટકાવી રાખીશ. હું મારા સંદેશ તથા ધ્યેય પર મક્કમપણે ટકી રહીશ. કારણ કે આ પૃથ્વી તમારા તથા મારા જેવા સ્વપ્ન સેવીઓની છે અને છેવટે, આપણે જીતીએ કે નહીં, આપણે એક તફાવત ઊભો કર્યો હશે અને તે મારા માટે પૂરતું સારું છે.

૩૨
વસ્તુને જોવાની રીતની શક્તિ



ગયે મહિને મેં "ધ મોન્ક હુ સોલ્ડ હીઝ ફરારી"ના એક મોટાં મોશન પિક્ચર તરીકેના પ્રોડક્શનની તૈયારીમાં ભારતમાં ત્રણ દિવસ ગાળ્યા. હું આટલી બધી વિવિધ સંસ્કૃતિઓની એ મહાન ભૂમિમાં વિવિધ પ્રકારના લોકોને મળ્યો ત્યારે મને દૃષ્ટિ પુનઃ પ્રાપ્ત કરવાની તક મળી. મને એ વાત યાદ આવી કે, ભલે હું દુનિયામાં ગમે ત્યાં જાઉં, માણસો હજી પણ એ જ પડકારો સામે સંઘર્ષ કરે છે. ભલે હું ગમે તેને મળું, આપણી બધાની ઇચ્છાઓ સમાન જ હોય છે. ભલે હું ગમે તેની સાથે જોડાઉં, હું એ સમજણ પર આવ્યો છું કે આપણે બધા અદૃશ્ય બંધનો સાથે એક જ મહાન પરિવારના ભાગ છીએ.

ઉનાળાના મહિનાઓ દરમિયાન, હું તમને તમારે માટે દૃષ્ટિ પુનઃ સ્થાપિત કરવા માટે સમય કાઢવાનું આમંત્રણ આપું છું. સમય કાઢીને તમને મળેલ આશીર્વાદોની સૂચિ બનાવવી તથા તમારું જીવન વર્તમાનમાં જેવું છે તેવું જે લોકોએ બનાવ્યું છે તેમને કૃતજ્ઞતા દર્શાવતા પત્રો લખવા તે તમારે માટે મુલ્યવાન બની શકે છે. કદાચ, ફોન ઉપાડીને જેમણે તમારાં જીવનને સમૃદ્ધ કર્યું છે અને તમારે જ્યારે મદદની સૌથી વધારે જરૂર હતી ત્યારે જેમણે મદદ કરી છે તેવા લોકો સાથે તમે સિલસિલાબંધ વાર્તાલાપ પણ કરો. તમને કદાચ એ વિચાર પણ આવે કે જ્યાં ઘણા લોકો માત્ર જીવી જવા માટે સંઘર્ષ કરી રહ્યા છે તે દુનિયામાં તમે કેટલા ભાગ્યશાળી છો. તમે તમારા જીવનની સવિસ્તર યાદી તૈયાર કરી રહ્યા છો ત્યારે, તમારા વિચારોને જેણે આકાર આપ્યો છે તેવાં પુસ્તકો તથા તમને પ્રેરણા આપી છે તેવાં પિક્ચરો વિશે વિચારો. જેમણે તમારાં જીવનને વધુ સારાં બનાવ્યાં છે અને તમે જેમની સાથે કામ કર્યું છે તેવા લોકો તથા જેમણે તમને નિશ્ચિતરૂપ આપ્યું છે તે અનુભવો વિશે વિચારો.

તમારું જીવન જીવવામાં ખૂબ જ વ્યસ્ત થઈ જવાનાં છટકામાં સપડાઈ જવાનું એટલું સહેલું છે કે તમે ક્યારેય તમારાં જીવન પર કામ કરવાનો સમય કાઢતા નથી. આ પ્રમાણમાં શાંત મહિનાઓમાં, તમે આવનારાં વર્ષોમાં જે બનાવવા માંગો છો તે શું છે અને તમે તમારાં સ્વપ્નોમાં કેવી રીતે જીવશો તેના પર ચિંતન કરવું તે મુલ્યવાન બની શકે છે. તમારા જીવનમાં શું કામ કરી રહ્યું છે અને શું કામ નથી કરી રહ્યું તેના પર વિચાર કરો. તમારા જીવન વિશે ઉત્તમ હોય તે વસ્તુઓ પર તથા તમે જે કરો છો તેમાં ખરેખર વિશ્વ સ્તરીય બનવા માટેની તમારી વચનબધ્ધતા સાથે જે વસ્તુઓ મેળ નથી ખાતી તેના પર મનન કરો. અને યાદ રાખો, જો તમે મનુષ્ય તરીકે તમારો શ્રેષ્ઠ દેખાવ નહીં કરો તો દુનિયા આટલી સારી નહીં રહે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"એક ચોક્કસ અંશે બલીદાન આપ્યા વગર કોઈ પ્રગતિ કે કોઈ પ્રાપ્તિ થઈ ન શકે અને આપણી દુન્યવી સફળતા આપણે જે સ્વાર્થી, સાનુકુળ વિચારોને જે અંશે જીતીએ છીએ અને આપણાં આયોજનોના વિકાસ પર આપણે જે રીતે આપણું મન સ્થિર કરીએ છીએ અને જે રીતે આપણા સ્વમાન તથા આપણા નિશ્ચયને મજબૂત કરીએ છીએ તેનાં સીધા પ્રમાણમાં હોય છે."

– જેમ્સ એલન

"તેની બધી જ શરમો, કંટાળા તથા તૂટેલાં સ્વપ્નાંઓ સાથે, આ હજી એક સુંદર દુનિયા છે. આનંદમાં રહો. સુખી થવા માટે મથો."

– ડેસી ડેરાટા

"બે માણસો એક જ સળિયામાંથી બહાર જુએ છે, એકને કાદવ દેખાય છે અને બીજાને તારા."

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. અર્થ વગરની સફળતા એક ખોખલી જીત છે.
૨. કઠિન પરિશ્રમ અને અર્થસભર બલીદાન વગર કશું જ મહાન ક્યારેય સિધ્ધ થતું નથી.
૩. જોખમ જેટલું મોટું, વળતર પણ તેટલું મોટું.
૪. જ્યારે તમે અન્યો માટે સારાં કામ કરો ત્યારે સારી બાબતો બને છે.



જ્યારે અમે ફોર્ચ્યુન ૫૦૦માનાં કોર્પોરેશન્સથી લઈને મધ્યમ કદનાં સાહસો સુધીના અમારા કેટલાક ગ્રાહકો સાથે શરૂઆતમાં કામ કરીએ ત્યારે હું આવા પ્રકારની ટીપ્પણીઓ સાંભળું છું : "નેતૃત્વ એ વ્યાપારની સુંવાળી બાજુ છે. આપણે આપણો મોટાભાગનો સમય વ્યુહરચના, પધ્ધતિ અને પ્રક્રિયાઓ નક્કી કરવામાં વિતાવીએ છીએ." એ ભૂલી જવાનું ખૂબ જ સહેલું છે કે એક વ્યુહરચનાને કામે લગાડવા માટે લોકોની જરૂર પડે છે. એક વિઝન પૂરું કરવા માટે જુસ્સાવાળા માણસોની જરૂર પડે છે. ગ્રાહકો સાથે ઉંડાણભર્યા સંબંધો દ્વારા એક કંપનીને વિકસાવવા માટે પ્રતિભાશાળી વ્યક્તિઓની જરૂર પડે છે. તમારી પાસે દુનિયાની સૌથી પ્રખર વ્યુહરચના હોય તોપણ જો તમારા લોકોમાં માલિકીપણાની, સમર્પિતતાની તથા શ્રદ્ધાની ભાવના ન હોય તો વિઝન અને પરિણામો વચ્ચે હંમેશાં અંતર રહેવાનું છે. માણસો વ્યાપારને મહાનતાનાં ક્ષેત્રમાં ગણે છે. શું તમારો વ્યવસ્થાપન સિધ્ધાંત "લોકો પહેલાં" એવો છે ?

અને લોકોને પહેલા મૂકવા તે આધારભૂત નેતૃત્વનાં હૃદયમાં છે. જ્યારે તમે લોકોનો વિકાસ કરશો ત્યારે તમે હંમેશાં નફો વધારશો. જ્યારે તમે તમારાં જુથને કેવી રીતે તેમનો શ્રેષ્ઠ દેખાવ કરવો તેની તાલીમ આપવામાં તથા જ્યાં ફરી માનવ બનવાનું સુરક્ષિત છે તેવું કાર્યસ્થળ બનાવવામાં તમારા દિવસો વિતાવો છો ત્યારે, છેક નીચેનું સ્તર હંમેશાં સુધરે છે. જ્યારે તમારા લોકો તેઓ જે કાર્ય કરે છે તેના દ્વારા તેઓ માનવ જીવનમાં જે મુલ્ય ઉમેરે છે તેના વિશે ગર્વ અનુભવવાને કારણે પોતાના વિશે સારું અનુભવે છે ત્યારે તેમનો જે જુસ્સો હોય છે તે ચેપી છે અને યાદ રાખો, લોકોને એવા લોકો સાથે વ્યાપાર કરવાનું ગમે છે જેમને વ્યાપાર કરવાનું પસંદ છે.

ગયા અઠવાડિયે મેં મારા ભાઈ તથા તેના પરિવારની મુલાકાત લીધી. મને મારા ૫ વર્ષના ભત્રીજાને ઊંઘાડી દેવાની સુંદર તક મળી. જ્યારે મેં તેને ઊંઘાડવા માટે વાર્તા વાંચી સંભળાવી ત્યારે તેણે તેના મીઠા અવાજમાં કહ્યું, "શું મને થોડા સરસ વિચારો મળી શકે ?" જ્યારે મેં તે શું કહેવા માંગે છે તેમ પૂછ્યું ત્યારે તેણે મને કહ્યું કે દરરોજ રાત્રે તે સૂવા જાય તેની પહેલાં તેની માતા તથા તેના પિતા તેને ત્રણ-ચાર "સારા વિચારો" આપે છે. તેણે કહ્યું કે આ વિચારો તેને સારાં સ્વપ્નાઓ જોવામાં મદદ કરે છે.

નેતૃત્વ એ સ્વપ્ન જોવાની વાત છે. મહાન નેતાઓ મહાન સ્વપ્ન દૃષ્ટાઓ હોય છે. આથી તમે સારાં સ્વપ્નાંઓ જોવાનું ચાલું રાખો છો ત્યારે, હું તમને ત્રણ સારા વિચારો આપું છું :

• સુવિચાર-૧ : તમારા માણસોની મહાન બનવાની ક્ષમતા વિકસાવવાથી મહાન કંપનીઓ આગળ ધપે છે. યાદ રાખો, તમારા લોકોનો વિકાસ કરવો તે "નરમ પ્રાથમિકતા" નથી. તેમને શીખવામાં, વિકસવામાં તથા એક માનવ તરીકે વિસ્તરવામાં મદદ કરવી તે પહેલા નંબરનું કાર્ય છે. જ્યારે તમારા લોકો જીવંત થઈ ઉઠશે ત્યારે તમારો વ્યાપાર પણ જીવંત થઈ ઉઠશે.

• સુવિચાર-૨ : સફળતાનું રહસ્ય તમારી જાત કરતાં પણ મોટો એક ઉદ્દેશ શોધીને અને પછી તમારો સમય તેને સમર્પિત કરી દેવામાં પડેલું છે. સ્વને ઓળંગી જવાની તમારી જરૂરિયાત તમારી અંદર એકદમ ઉંડાણમાં ગુંથાઈ ગઈ છે. જ્યારે તમે આ યાદ રાખો છો અને તમારું જીવન કોઈક પ્રકારના મધ્યવર્તી ધ્યેય અથવા મુખ્ય હેતુને આપી દો છો ત્યારે તમે તમારી મૂળભૂત પ્રકૃતિને માન આપો છો. તમે ખરેખર જે છો તેનો વિશ્વાસઘાત કરતા નથી. તમે કંઈકને માટે ટેકો આપવાનું શરૂ કરો છો અને આમ તમારું જીવન કામ કરવાનું શરૂ કરે છે.

• સુવિચાર-૩ : સૌથી માયાળુ વ્યક્તિ બનો. નિષ્પાપ રીતભાત રાખો. સમય પાલન કરો. ઓછાનું વચન આપીને વધારે કામ આપો. વિશાળ હૃદય રાખીને નેતૃત્વ કરો. આ વસ્તુ તમને માત્ર એક ટકાઉ સ્પર્ધાત્મક લાભ જ નહીં આપે પરંતુ લાંબા સમયથી તમે જે અનુભવતા હશો તેના કરતાં તમને વધારે સુખનો અનુભવ થશે. (રસપ્રદ વિરોધાભાર છે નહીં ? આપણે આપણી જાતને જેટલી વધારે સમર્પિત કરીએ, તેટલું આપણે વધારે મેળવીએ છીએ.)"

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"આપણે અન્વેષણ કરતા અટકવાના નથી અને બધી શોધખોળને અંતે આપણે પહેલી વખત જે સ્થળને જાણ્યું હતું અને જ્યાંથી શરૂઆત કરી હતી ત્યાં જ આવી પહોંચશું."

– ટી.એસ.ઇલીઓટ

"જ્યાં પણ એક માનવ છે ત્યાં દયા માટેની તક છે."

– સેનેકા

"જ્યારે તમે વધારે જાણો છો, તમે વધારે સારું કરો છો."

– માયા એન્જેલો

"પોતાની જાત કરતાં કંઈક મોટી તથા મહત્વની બાબત માટે જીવવું તે માનવ હૃદયની ઉંડાણપૂર્વકની જરૂરિયાત છે. જ્યારે તમે તમારાં જીવનને જેમાં માનવ જીવનમાં કંઈ મુલ્યો ઉમેરવાનો સમાવેશ છે તેવા કોઈક પ્રકારના ઉદ્દેશ તરફ વાળો છો ત્યારે તમે જે મનુષ્ય છો તેની સર્વોચ્ચ શક્યતામાં તમે પ્રવેશો છો. આપોઆપ જ તમારું જીવન કામ કરવા લાગે છે."

– રોબીન શર્મા

"કરવા લાયક કામ માટે સખત પરિશ્રમ કરવાની તક એ જીવને આપેલ શ્રેષ્ઠ ઇનામ છે."

– થીઓડોર રૂઝવેલ્ટ

આધારભૂત નેતાઓ કરે છે તે ૧૦ વસ્તુઓ

જો તમે સંપૂર્ણપણે નિર્ભય હો તો તમારું જીવન કેવું દેખાશે ? જો તમારા વિચારોએ તમારી દુનિયાને શબ્દસઃ ઘડી હોય તેવું જીવન તમે જીવતા હો તો તમે કેવા પ્રકારનું કાર્ય કરશો ? તમે તમારા ઉંડાણથી તમે જેને માટે સર્જાયા છો તેમ જાણો છો તે કરવા માટે જે મર્યાદાઓ તમને નાના તથા તમારા કમ્ફર્ટ ઝોનથી ઘણા બધા પાછળ ખેંચાયેલા રાખે છે તેમાંથી જો તમે બહાર પગ મૂકી શકો તો તમે કેટલી તેજસ્વીતાથી ઝળહળશો ? આધારભૂત નેતૃત્વ એ તમે જે બનવા માટે સર્જાયા છો તેમ તમે તમારાં હૃદયથી જાણો છો તે વ્યક્તિ બનવું તે છે. તમારા હોદ્દા અથવા તમારા પગારના ચેકનાં કદ પરથી આધારભૂત નેતૃત્વ નથી આવતું. તેને બદલે, નેતૃત્વનો આ પ્રકાર તમારા અસ્તિત્વ તથા તમે જે પ્રકારની વ્યક્તિ છો તેમાંથી આવે છે.

અહીં આધારભૂત નેતાઓ નિયમિત ધોરણે જે કરે છે તેવી ૧૦ બાબતો આપી છે :

૧. તેઓ જેને સત્ય માને છે તે બોલે છે. આજે વ્યાપારમાં આપણે વારંવાર 'સત્યને ગળી જઈએ છીએ.' આપણે અન્યોને ખુશ કરવા માટે તથા ટોળાંની સામે સારા દેખાવા માટે બોલીએ છીએ. આધારભૂત નેતાઓ અલગ છે. તેઓ સત્ય બોલવાને વળગી રહે છે. તેઓ ક્યારેય તેઓ જે છે તેના સુમેળમાં ન હોય તેવા શબ્દો ઉચ્ચારતા નથી. આ વસ્તુ કોઈને અન્યોને દુઃખ લગાડે તેવી બાબતો બોલવાની પરવાનગી આપતું નથી. સત્ય બોલવું તે માત્ર સ્પષ્ટ હોવું, પ્રમાણિક હોવું તથા વિશ્વાસપાત્ર હોવું છે.

૨. તેઓ હૃદયપૂર્વક નેતૃત્વ કરે છે. વ્યાપાર લોકોની બાબત છે. નેતૃત્વ પણ લોકો વિશે છે. શ્રેષ્ઠ નેતાઓ હિંમતવાળા હોય છે અને તેઓ પોતાની નબળાઈ દર્શાવતાં ડરતા નથી. તેઓ પ્રમાણિકપણે અન્ય લોકોની સંભાળ લે છે અને તેમની આસપાસના લોકોનો વિકાસ કરવામાં તેમનો સમય ગાળે છે. તેઓ સૂર્ય જેવા છે : સૂર્ય તેની પાસે જે છે તે બધું જ હંમેશાં છોડને તથા વૃક્ષોને આપે છે. પરંતુ બદલામાં, છોડ તથા વૃક્ષો હંમેશાં સૂર્યની તરફ વિકસે છે.

૩. તેમનામાં સમૃદ્ધ નૈતિકતા છે. તમે કોણ છો તે, તમે ક્યારેય કાંઈ પણ કહી શકો તેના કરતાં, ઘણું વધારે મોટેથી બોલે છે. ચારિત્ર્યનું સામર્થ્ય ખરી શક્તિ છે - અને લોકો તે ઘણે દૂરથી અનુભવી શકે છે. આધારભૂત નેતાઓ તેમનાં ચારિત્ર્યને સંવારવા પર કામ કરે છે. તેઓ જે કહે છે તે જ કરે છે અને તેઓ તેમનાં મૂળભૂત મુલ્યોની સાથે સુમેળ ધરાવે છે. તેઓ ઉમદા અને સારા હોય છે અને તેમ હોવાથી, લોકો તેમનો વિશ્વાસ કરે છે તેમને માન આપે છે અને તેમને સાંભળે છે.

૪. તેઓ હિંમતવાન હોય છે. ટોળાંની વિરુધ્ધ જવા માટે પુષ્કળ હિંમતની જરૂર પડે છે. તમને જે યોગ્ય લાગે છે તે કરવાનું સહેલું ન હોય તોપણ તે કરવા માટે ઘણી મજબૂતાઈની જરૂર પડે છે. એક દૃષ્ટા હોવા માટે પુષ્કળ હિંમતની જરૂર પડે છે. આપણે એવી દુનિયામાં રહીએ છીએ જ્યાં ઘણા બધા લોકો ઓછા પ્રતિકારોવાળા માર્ગ પર ચાલવાનું પસંદ કરે છે. આધારભૂત નેતૃત્વ એ ઓછો ખેડાયેલ માર્ગ લેવો અને જે સહેલું છે તે નહીં પરંતુ જે યોગ્ય છે તે કરવું તેના વિશે છે.

૫. તેઓ ટીમ બનાવે છે અને સમુદાયો સર્જે છે. લોકો તેમના કામના અનુભવમાં જે એક મૂળભૂત વસ્તુ શોધે છે તે છે સમુદાયની ભાવના. જૂના દિવસોમાં, આપણે જ્યાં રહેતાં હતા ત્યાંથી આપણને આપણો સમાજ મળતો હતો. આપણે બ્લોક પાર્ટીઓ તથા શેરી પ્રવાસો કર્યા હશે. કામના નવા યુગમાં કર્મચારીઓ તેમનાં કાર્યસ્થળમાંથી સમાજ તથા જોડાણની ભાવના શોધે છે. આધારભૂત નેતાઓ એવાં કાર્યસ્થળો બનાવે છે જે માનવ જોડાણો તથા ટકાઉ મૈત્રીને પોષે છે.

૬. તેઓ પોતાની જાતને ઉંડા ઉતારે છે. નેતાનું કાર્ય ઉંડા ઉતરવાનું છે. આધારભૂત નેતાઓ પોતાની જાતને આત્મીયતાપૂર્વક જાણે છે. તેઓ મજબૂત આત્મ-સંબંધોની માવજત કરે છે. તેઓ તેમની નબળાઈઓ જાણે છે અને તેમની શક્તિ મુજબ કામ કરે છે અને તેઓ હંમેશાં તેમના ડરને ઓળંગી જવામાં પુષ્કળ સમય વિતાવે છે.

૭. તેઓ સ્વપ્નસેવી છે. આઇન્સ્ટાઇને કહ્યું છે કે : "કલ્પના જ્ઞાન કરતાં વધારે મહત્વની છે." આપણી કલ્પનામાંથી મહાન વસ્તુઓનો જન્મ થાય છે. આધારભૂત નેતાઓ અશક્ય સ્વપ્નાઓ જોવાની હિંમત કરે છે. તેઓ જે બીજા બધા જ જુએ છે તે જુએ છે અને પછી નવી

શક્યતાઓનાં સ્વપ્નાં જુએ છે. તેઓ આંખો બંધ રાખીને નકક્શાઓ તથા કલ્પનાઓ કરવામાં પુષ્કળ સમય ગાળે છે જે વધુ સારાં ઉત્પાદનો, વધુ સારી સેવાઓ, વધુ સારાં કાર્યસ્થળો તથા વધુ ઉંડાં મુલ્યો તરફ દોરી જાય છે. તમે કેટલી વાર તમારી આંખો બંધ કરીને સ્વપ્નાં જુઓ છો ?

૮. તેઓ તેમની પોતાની સંભાળ લે છે. તમારાં શારીરિક પરિમાણોની સંભાળ લેવી તે આત્મ-સમ્માનની નિશાની છે. જો તમે સ્વસ્થ હોવાનું ન અનુભવતા હો તો તમે કાર્ય સ્થળે મહાન વસ્તુઓ ન કરી શકો. સાચા નેતાઓ સારો ખોરાક લે છે, કસરત કરે છે અને તેમનાં શરીરરૂપી મંદિરની સંભાળ લે છે. તેઓ કુદરતમાં સમય ગાળે છે, પુષ્કળ પાણી પીવે છે અને નિયમિત મસાજ કરાવે છે જેથી શારીરિક રીતે તેઓ વિશ્વકક્ષાનાં સ્તરે દેખાવ કરે છે.

૯. તેઓ સંપૂર્ણતાને બદલે શ્રેષ્ઠ દેખાવા તકરફ પ્રતિબધ્ધ છે. કોઈ પણ માણસ સંપૂર્ણ નથી. આપણામાંની દરેકે દરેક વ્યક્તિ એક આગળ વધી રહેલ કામ જેવી છે. સાચા નેતાઓ તેઓ જે કાંઈ પણ કરે છે તેમાં શ્રેષ્ઠતા તરફ પ્રતિબધ્ધ હોય છે. તેઓ સતતપણે પોતાને ધક્કો મારતા રહે છે અને તેમનાં ધોરણો ઊંચાં લઈ જાય છે. તેઓ ક્ષતિરહીતતા નથી શોધતા અને તેમનામાં તફાવત જાણવાનું ડહાપણ હોય છે. જો તમે તમારાં ધોરણો જો કોઈએ તમારા વિશે ક્યારેય પણ કલ્પના કરી હોય તેના કરતાં ક્યાંય ઊંચાં લઈ જાવ તો તમારું જીવન કેવું દેખાશે ?

૧૦. તેઓ એક વારસો છોડી જાય છે. તમારી આસપાસનાં લોકોનાં હૃદયમાં જીવવું તે ક્યારેય મૃત્યુ ન પામવા બરાબર છે. સફળતા અદ્ભૂત છે પરંતુ તેનો મર્મ તેનાથી પણ સારો છે. તમે તમારી આસપાસના લોકોનાં જીવનમાં ફાળો આપવા માટે તથા તેમના પર નિશાની છોડવા માટે બનવાયા હતા. આ સંદર્ભનાં ચોક્ઠાં મુજબ જીવવામાં નિષ્ફળ જવું તે તમારી જાતનો વિશ્વાસઘાત કરવા બરાબર છે. સાચા નેતાઓ તેઓ જેમની પણ સાથે વ્યવહાર કરે છે તે દરેકનાં જીવનમાં ઉંડા મુલ્યો ઉમેરીને સતતપણે તેમનો વારસો ઘડે છે અને આમ કરીને દુનિયાને એક વધુ સારું સ્થળ બનાવે છે.

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. જો તમારું જીવન એક શબ્દના પ્રતિકરૂપ હોય તો તે શબ્દ કયો હશે અને શા માટે ?

૨. તમારા જીવનની નિર્ણાયક ઘડી કઈ હશે અને તેણે તમને આકાર આપવામાં, ઘડવામાં તથા વિકસાવવામાં કેવી રીતે કામ કર્યું છે ?

૩. આ ક્ષણે તમે તમારા જીવનમાં કઈ વસ્તુઓનો સૌથી વધુ પ્રતિકાર કરો છો ?



મારાં મનમાં, શીખવું, વિકસવું તથા આપણી અંદર જે આધારભૂત શક્તિ વસે છે તેની પુનઃપ્રાપ્તિ કરવી તે જ જીવનનો હેતુ છે. મુસાફરી કરવી તે તમને તમારા નિત્યક્રમના સુરક્ષિત કિનારાની બહાર પગ મૂકવાની, તમારી દૃષ્ટિને તાજી કરવાની, નવા વિચારો તરફ ખૂલ્લા થવાની તથા તમારા પ્રતિકારનો સામનો કરવાની તક પૂરી પાડતી હોવાથી, તે વ્યાવસાયિક તેમજ અંગત બંને રીતે વિકસવાની શ્રેષ્ઠ રીતો પૈકીની એક છે.

હું હમણાં જ યુરોપ અને ઇઝરાયેલના ૨ અઠવાડિયાંના પ્રવાસેથી પાછો ફર્યો છું, જે દરમિયાન મેં વિચારો, મનન તથા આંતરદૃષ્ટિથી બે નોંધપોથીઓ ભરી છે. આ પ્રવાસે મને તરોતાજા કર્યો છે, પ્રેરિત કર્યો છે અને તે મારી જાતને એક માનવ તરીકે મારી શ્રેષ્ઠ કામગીરી કરવામાં મારું જીવન પુનઃસમર્પિત કરવા માટેનું કારણ બન્યો છે. લંડનમાં હું સેન્ટ માર્ટીન્સ લેનમાં રહ્યો. એ હોટેલ ઇઆન શ્રગરની છે. (તે પહેલાંના સ્ટુડીયો-૫૪ના માલિક છે જેણે પોતાની જાતનું બુટીક હોટેલીયર તરીકે પુનઃરોકાણ કર્યું છે.) સેન્ટ માર્ટીન્સ લેનની મુલાકાત લેવી તે નવસર્જનમાં એક કેસ સ્ટડી છે અને વ્યાપારમાં સર્જનાત્મકતાનું અસાધારણ ઉદાહરણ છે. તમે લીફટમાં પ્રવેશો ત્યારે તમે તરત જ એક માણસની આંખો તમારા તરફ તાકીને જોતી હોય તેવા વીડીયો સ્ક્રીનથી ડઘાઈ જાવ છો. લીફટમાં તેમજ હોલવેમાં બંને જગ્યાએ વાગતાં અનોખાં સંગીતને કારણે આ અનુભવ ચાલુ રહે છે. તમે કમરામાં પ્રવેશો ત્યારે તમારા ધ્યાન પર આવ્યા વગર નથી રહેતું કે તમે તમારી વિશિષ્ટ રુચી મુજબ પ્રકાશ વ્યવસ્થા ગોઠવી શકો છો. જેમાં જાંબલીથી લાલ અને લીલાથી વાદળી સુધીના વિવિધ રંગોની શ્રેણીનો સમાવેશ થાય છે. સેન્ટ માર્ટીન્સ લેન માત્ર તે જે અનુભવ સર્જે છે તેને માટે જ નોંધપાત્ર નથી પરંતુ તેની સર્વિસનું સ્તર પણ મેં અનુભવેલાં શ્રેષ્ઠ સ્તરોમાંનું છે. ત્યાર પછી, એમસ્ટર્ડમમાં મેં એન ફ્રેન્કનાં સંગ્રહાલયની મુલાકાત લીધી જે દુનિયાનાં કલ્યાણ માટે એક સૈન્ય બનવાની એક વ્યક્તિની શક્તિ તરફની શ્રધ્ધાંજલી રૂપ છે. પેરીસમાં, સાલ્વાડોર ડાલીનાં સંગ્રહાલયની મુલાકાત લઈને હું વિચારોના પ્રવાહથી તરબોળ થઈ ગયો. સાલ્વાડોર ડાલીએ માત્ર પરંપરાગત રીતથી બહાર નીકળીને વિચાર્યું જ ન હતું, તેઓ એ પરંપરાને તોડી ફોડીને પચાવી ગયા હતા. એક સાચા અર્થમાં નોંધપાત્ર કલાકાર અને તેમની પોતાની રીતમાં એક જીનીયસ. ફ્લોરેન્સમાં, મેં ડુમો પર થતો સુર્યોદય જોયો અને યુફીઝીનાં સંગ્રહાલયમાં દુનિયાની સૌથી કિંમતી કલા કારીગરીનો અનુભવ કર્યો. રોમમાં મેં કોલેઝીયમ પર સૂર્યાસ્ત થતો જોયો અને મને પ્રાચીન રોમનોની તેઓ શારીરિક તંદુરસ્તીથી લઈને ફીલોસોફી સુધી જે કાંઈ પણ કરે તેમાં શ્રેષ્ઠતા તરફની તેમની સમર્પિતતા યાદ આવી.

છેવટે, ઇઝરાયેલમાં જેરુસલેમમાંના પવિત્ર સ્થળો જોઈને હું અંદરથી દ્રવી ગયો અને જ્યારે મને ડેડ સી ની સપાટી પર તરવાની તથા જ્યાં મૂળ ડેડ સી સ્ક્રોલ્સ પ્રથમ વખત શોધાયા હતા તે ગૂફા જોવાની તક મળી ત્યારે મારી અંદરનો સાહસવીર આનંદી ઉઠ્યો. તમે દરિયાઈ મુસાફરી કરવા એક વર્ષનો ઓફ લો અથવા તમારા પ્રિયજન સાથે જોડાવા માટે એક લાંબો વિક એન્ડ લો, મુસાફરી તમને તરોતાજા કરી દેશે, તમને પ્રેરણા આપશે અને તમે જે

બનવા માટે સર્જાયા છો તે થવા માટે ઉત્તેજશે. આજે, વધુ વાંચવા માટે, જે તમને તમારી સર્વોચ્ચ શક્તિનો ખ્યાલ આપવામાં મદદ કરે તેવા સેમીનારમાં હાજરી આપવા માટે તથા જે વસ્તુ તમને તમારા વર્તમાન સુરક્ષા વર્તુળમાંથી બહાર કાઢે તેવી કોઈ પણ વસ્તુ કરવાની પસંદગી કરો. કાર્લજુંગે એક વખત કહ્યું છે તેમ : "જ્યાં ડર કુદી પડે છે ત્યાં, કુદકો મારવામાં જ એક માત્ર સલામતી રહેલી છે."

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"નુકસાન કરવું તે તમારી જાતને નુકસાન પહોંચાડવા બરાબર છે. અન્યાય કરવો તે તમારી જાતને અન્યાય કરવા બરાબર છે - તે તમને નીચે પાડે છે."

– મેડીટેશન્સ ઓફ માર્કસ ઓરેલીયસ

"આપણે તારાઓ તરફ આધ્યાત્મિક મુસાફરી કરતા પૃથ્વીના લોકો છીએ. તે આપણે કોણ છીએ, આપણે બધી વસ્તુ સાથે આપણાં મનની અંદર જોડાયેલાં છીએ, કોઈ અલગતા નથી તે જોવા માટે, આપણી અંદર જોવા માટેની આપણી શોધ, આપણી પૃથ્વી પરની હરફર છે."

– આદીવાસી અમેરિકન કહેવત

"તમે મહાનતા માટે બનાવાયા હતા. જ્યારે તમે તમારા જીવન સાથે નાની રમત રમો ત્યારે તમે માત્ર તમારી જાતનું જ અપમાન નથી કરતા પરંતુ તમારાં સર્જનકર્તા તત્વનું પણ અપમાન કરો છો."

– રોબીન શર્મા

"આપણામાંના મોટાભાગના આપણા સંજોગો સુધારવા માટે ચિંતિત છીએ પરંતુ આપણી પોતાની જાતને સુધારવા માટે નથી - અને આથી જ આપણે મર્યાદિત રહીએ છીએ."

– જેમ્સ એલન, "એઝ અ મેન પીંકેજ"

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. શું હું માણસ તરીકે મારો સર્વશ્રેષ્ઠ દેખાવ કરું છું ?

૨. શું હું મારા પ્રતિરોધોનો સામનો કરું છું, અને મારા ડરને સામે જઈને મળું છું ?

૩. શું હું યોગ્ય જીવન જીવું છું અથવા શું હું મારી આસપાસના લોકો હું જેવું જીવું તેવું ઇચ્છે છે તેવું જીવું છું ?

૪. હું સફળ છું તેવું મારે અનુભવવા માટે અત્યાર અને વર્ષના અંતની વચ્ચે શું બનવું જરૂરી છે ?

૫. મારા જીવનની ૩ સૌથી મહત્વની બાબતો કઈ છે, અને શું હું તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરું છું ?

૩૫

તમારા માર્ગને સમૃધ્ધ કરવા માટે જીવનનું ડહાપણ



નીચે આપેલ ભાગ મારાં બેસ્ટ સેલર પુસ્તક “હુ વીલ ક્રાય વ્હેન યુ વીલ ડાય ?” **www.robinsharma.com** અથવા ક્યાંય પણ સારા બુક સ્ટોર પર ઉપલબ્ધ, માંથી લીધેલ છે.

મૂવી સ્ટાર કેવીન કોસ્ટનરને તેની કારકિર્દીના ઉતાર-ચડાવ વિશે પૂછવામાં આવ્યું ત્યારે તેણે આ શબ્દોમાં પ્રતિભાવ આપ્યો, “હું એક જીંદગી જીવી રહ્યો છું.” મને આ જવાબ ગહન હોય તેવું લાગ્યું. તમારા જીવનમાં બનતી ઘટનાઓ તથા અનુભવોને સારા અથવા ખરાબ તરીકે મુલવવામાં દિવસો પસાર કરવાને બદલે તેણે એક તટસ્થતા અપનાવી છે અને તે બધું જેવું છે તેવું સ્વીકારવાનો નિર્ણય તેણે લીધો છે : તે જે માર્ગ પર છે તેનો તટસ્થ અંશ.

આપણે બધાં આપણા અંતિમ મુકામ તરફ જુદા જુદા માર્ગ પર પ્રવાસ કરીએ છીએ. આપણામાંના કેટલાક લોકો માટે માર્ગ અન્યો કરતાં ખડકાળ હોય છે. પરંતુ કોઈ વિપરિતતાના કોઈક પ્રકાર વગર છેડા સુધી પહોંચતી નથી અને વિપરિતતાનો હેતુ આપણને વધુ સારા બનાવવાનો છે. આથી તેની સાથે લડવાને બદલે, તેને જીવનની રીતની જેમ સ્વીકારી શા માટે ન લેવો ? શા માટે તમારી જાતને પરિણામોથી અળગી ન કરી લેવી અને તમારા જીવનમાં પ્રવેશતા દરેક સંજોગોને સંપૂર્ણતાથી અનુભવ ન કરાવો ? પીડા અનુભવો અને સુખનો સ્વાદ લો. જો તમે ક્યારેય ખીણની મુલાકાત ન લીધી હોય તો પર્વત શિખરનું દૃશ્ય શ્વાસ થંભાવી દે તેવું નથી લાગતું. યાદ રાખો, જીવનમાં વાસ્તવિક નિષ્ફળતા જેવું કંઈ જ નથી, માત્ર પરિણામો છે. ખરી કરુણતાઓ નથી, માત્ર બોધપાઠો છે અને ખરેખર કોઈ સમસ્યાઓ નથી, માત્ર શાણી વ્યક્તિ વડે ઉકેલ તરીકે માન્યતા પ્રાપ્ત કરવાની રાહ જોવા માટે વિકસવાની તક છે.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

“બહુ ઓછા લોકોમાં ઇતિહાસને બદલી નાખવાની મહાનતા હોય છે, પરંતુ આપણામાંની દરેક વ્યક્તિ ઘટનાઓનો નાનો ભાગ બદલી નાખવા માટે કામ કરી શકે છે, અને એ બધાં કાર્યોનો સરવાળો આ પેઢી માટેના ઇતિહાસમાં લખાશે.”

– રોબર્ટ એફ. કેનેડી

“દરેક વ્યક્તિનાં જીવનમાં એક વિશિષ્ટ ક્ષણ આવે છે, એક એવી ક્ષણ જેને માટે તે વ્યક્તિનો જન્મ થયો છે. એ વિશિષ્ટ તકને જ્યારે તે ઝડપી લે છે ત્યારે તે તેનું ધ્યેય પરિપૂર્ણ કરશે - એવું ધ્યેય જેને માટે આ વ્યક્તિ અજોડ રીતે લાયક ગણાઈ છે. એ ક્ષણમાં આપણને આપણી મહાનતા જોવા મળે છે. તે આપણો સર્વોત્તમ સમય છે.”

– વીન્સ્ટન ચર્ચીલ

“દૂર દૂરના સૂર્યપ્રકાશમાં મારી સર્વોચ્ચ મહત્વાકાંક્ષાઓ પડેલી છે. હું તેમના સુધી પહોંચી ન શકું પરંતુ હું નજર ઉઠાવીને તેનું સૌંદર્ય જોઈ શકું, તેમાં શ્રધ્ધા રાખી શકું અને તેમને અનુસરવાનો પ્રયત્ન કરી શકું.”

– લુઈસા મે આલ્કોટ

જીવનના ૩ અંતિમ પ્રશ્નો

તમારાં જીવનના અંત સમયે, જ્યારે તમે તમારા માટે અત્યારે જે મહત્વની છે તેવી બધી જ આનુષંગિકતાઓ ખંખેરી નાખશો, ત્યારે માત્ર ૩ બાબતો જ મહત્વની રહેશે.

૧. શું તમે ડહાપણપૂર્વક જીવ્યા છો ?

૨. શું તમે પુષ્કળ પ્રેમ કર્યો છે ?

૩. અને શું તમે દુનિયાને ખૂબ આપ્યું છે ?

જો તમારા જીવનના અંત સમયે આ પ્રશ્નો તમારે માટે મહત્વના હોય તો તેમને અત્યારે જ મહત્વના બનાવવાની અંગત હિંમત કેમ ન રાખવી. જેઓ એલીટ પર્ફોર્મર્સ છે તેઓ માત્ર એવા લોકો છે જેમણે તેમનાં જીવનમાં તેમને માટે કઈ વસ્તુ સૌથી મહત્વની છે તે શોધી કાઢ્યું છે અને પછી આ પ્રાથમિકતાઓની આસપાસ તેમનું જીવન ઘડ્યું છે. આવનાર અઠવાડિયે તમારે માટે એક શાંત સમયગાળો નક્કી કરી લો અને ઉપર લખેલા “અંતિમ પ્રશ્નો” પર મનન કરો અથવા તેમને લખી લો. શાણપણભર્યું જીવન જીવવું તેનો તમારા માટે શૉ અર્થ થાય છે તે સ્પષ્ટતા કરો. તે અન્યોને સારી રીતે ટ્રીટ કરવા, તમારું શ્રેષ્ઠ પ્રદર્શિત કરવું તથા દરેક વિપરિતતાઓમાં આશીર્વાદ જોવા તેવું પણ હોઈ શકે. પછી પુષ્કળ પ્રેમ કરવો તેનો તમારા જીવનમાં શું અર્થ છે તેના પર ચિંતન કરો. શું તેનો અર્થ નિર્બળ હોવું અને તમારા જીવનમાં દરેક સંબંધોમાં સત્ય બોલવું તેવો થાય છે ? તેનો અર્થ રોજીંદાં કાર્યોમાં કરુણા, સમજણ તથા માફ કરી દેવાનાં કાર્યો કરવાં તેવો પણ થઈ શકતો હોય. તેનો સીધો સાદો અર્થ અન્ય માણસો સાથે જોડાવાનો આનંદ માણવા માટે સમય કાઢવાનો તેમજ તેમ કરતી વખતે કેટલું સારું લાગે છે તેની કદર કરવી તેવો પણ હોઈ શકે છે. અંતમાં, સરસ રીતે કામ કરીને વિતાવેલી જીંદગી કેવી દેખાશે તેના વિશે વિચારીને એક માનસિક મોડેલ તૈયાર કરો. તમારી જાતને પૂછો : “હું દુનિયાને ઘડવા માટે શું કરું છું ?” તમે જે વારસો છોડી જવાના છો તેના વિશે અને તમે આ પૃથ્વી પર અનુગ્રહ કર્યો છે તે આવનારી પેઢીઓ કેવી રીતે જાણશે તેના પર મનન કરો.

આ નાનકડીક કવાયત કરવામાં એક કલાક કરતાં વધારે સમય નહીં લાગે. છતાં તે તમને એવું જીવન અપાશે જે ઘણું વધારે ઇરાદાપૂર્વકનું, સહેતુક તથા જાગૃત હોય.
તમારા જીવનની સંભાળ લેવાની ૮ રીતો

૧. તમારા ઘાવને ડહાપણમાં બદલી નાખો. અવરોધકર્તા પથ્થરોને ઉપર ચડવાનો પગથીયાં તરીકે જુઓ.

૨. તમે જ્યાં પહોંચવાનું સ્વપ્ન જોયું છે તેની સાથે સતત તમારી જાતને માપ્યા કરવાને બદલે, તમે કેટલે સુધી પહોંચ્યા છો તેની કદર કરો.

૩. આ નિયમનું આચરણ કરો : તમારાં મન, શરીર તથા આત્માને ઉપર લઈ જવા માટે દરરોજ એક નાનું કાર્ય કરો.

૪. એ સમજો કે આપણે દુનિયાને તે જેવી છે તેવી નહીં પરંતુ આપણે જેવા છીએ તેવી જોઈએ છીએ.

૫. વેંચાણ કરવા કરતાં ઉંડું મુલ્ય સર્જવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.

૬. કામ તથા જીવનમાં આવતો બદલાવ એ તમારા વિકાસથી વિશેષ કશું જ નથી તે જાણો.

૭. જ્યારે આઘાતો ત્રાટકે ત્યારે વિશ્રાંત થાવ અને પૂછો : "આમાં જીવન માટેનો બોધપાઠ ક્યાં છે ?"

૮. એ જાણો કે તમારા ડરની બીજી તરફ તમારું ભવિષ્ય પડેલું છે.

૩૬
મોટી ભૂમિકા ભજવવાની જરૂર



મેં તાજેતરમાં હું અત્યાર સુધીમાં મળ્યો હોઉં તેવા સૌથી વધુ બહાદૂર, મુગ્ધકર, વિકાસ પામેલ, જુસ્સાવાળા તથા પ્રેમાળ માણસોનાં એક જુથ સાથે અઢી દિવસો ગાળ્યા. આ સ્વપ્નસેવીઓનું જુથ, જેણે હજારો લોકોને તેમનાં જીવન અંગત રીતે તથા વ્યાવસાયિક રીતે શ્રેષ્ઠ રીતે જીવવામાં મદદ કરી છે તેવા અમારા સિમાચિહ્નરૂપ વ્યક્તિગત શોધ વીક એન્ડ કાર્યક્રમ, ધ અવેકનીંગ બેસ્ટ સેલ્ફ વીકએન્ડમાં ભાગ લેવા માટે આખી દુનિયાના જુદા જુદા ભાગોમાંથી આવ્યું હતું. દુનિયાના સર્વશ્રેષ્ઠ ચીલ્ડ્રન્સ શૉના એક પ્રોડ્યુસર ઓસ્ટ્રેલિયાથી ભાગ લેવા આવ્યા હતા. દક્ષિણ અમેરિકાથી એક નોબેલ શાંતિ ઇનામ માટે નામાંકિત થયેલ વ્યક્તિ ભાગ લેવા આવી હતી. અમેરિકા તથા કેનેડાથી આવેલ ગૃહિણીઓ, વિદ્યાર્થીઓ તથા શિક્ષકોની સાથે સાથે સીઇઓ તથા ઉધોગપતિઓએ પણ ભાગ લીધો હતો. બધા માત્ર એક જ સાદાં કારણને લીધે આપ્યા હતા : તેઓ બધા હૃદયપૂર્વક જાણતા હતા કે તેમને માટે એક વધુ વિશાળ જીવન પડ્યું છે અને તે જાણકારી પર કામ કરવાના જુસ્સાની હિંમત તેમનામાં હતી.

વીક એન્ડના અંતે મેં જોયું કે સામાન્ય પુરુષો તથા મહિલાઓ અસામાન્ય તરીકે દેખાઈ રહ્યાં હતાં. મેં માણસોનું એક એવું જુથ જોયું જેમની તેમની અંદર પડેલું શ્રેષ્ઠ શોધવા માટે ઝાંકવાની તેમજ જે અવરોધો તેમનાં જીવનને મર્યાદિત બનાવતા હતા તેમના તરફ જાગૃતિ લાવવાની હિંમત હતી. મેં તેમને સૌપ્રથમ ક્ષોભ પામતા, પછી તેમના પ્રભુત્વ ધરાવતા ડરને ઓળંગી જતા અને બાળક જેવી આશ્ચર્યની લાગણી સાથે ફરી જોડાતા જોયા. આ એવી લાગણી છે જેને આપણે આપણામાંના ઘણા બધા જ્યારે વધારે પડતા ગંભીર તથા થાકી ગયેલી પુખ્ત વ્યક્તિઓ બન્યા તેથી તથા આપણે આપણા બાળપણની ક્ષતિરહિતતા છોડી દીધી તેથી ગુમાવી દીધી છે. યાદ રાખો, પુખ્ત વ્યક્તિઓ ઉતરતી કક્ષાનાં બાળકોથી વિશેષ કશું જ નથી. હું માનું છું કે, આપણી માનવયાત્રાના દિવસોનું લક્ષ્ય સ્વસુધારણા નથી; તે જાતને યાદ રાખ્યા કરવી તે છે. છેવટે, જ્યારે તેઓ એવું સમજ્યા કે અંગત મહાનતા એ માત્ર પસંદગી પામેલા થોડાક લોકો માટે જ આરક્ષિત નથી. ત્યારે મેં તેમને હસતા અને રડી પડતા પણ જોયા. આ પૃથ્વી પર વિહરતી દરેક વ્યક્તિનો તે જન્મ સિધ્ધ અધિકાર છે.

આ લોકો, અને તમે પણ મારા હીરો છો. કેટલીક વખત મારા ઉપરની અપેક્ષાઓ મને પરેશાન કરે છે. પરંતુ જ્યારે હું મેં તે એબીએસ વીકએન્ડમાં મેં જોઈ તેવી વ્યક્તિઓને જોઉં છું અથવા જેમણે પોતાનાં જીવન માટેની અંગત જવાબદારી લીધી છે તેવી વ્યક્તિઓને મારા સેમીનારોમાં મળું છું અથવા જેમણે મારાં પુસ્તકો વાંચ્યાં છે અને માનવ તરીકે વધારે મોટી ભૂમિકા ભજવવા માટેની માહિતી લીધી છે તેવા લોકોની વાતો જોઉં તથા સાંભળું છું ત્યારે હું પ્રેરિત થાઉં છું. ઘણા બધા લોકો તેમનાં જીવનનો પૂરતો ઉપયોગ કરતા નથી. ઘણા બધા લોકો તેમની ક્ષમતા કરતાં ઉતરતા સ્તરનું જીવન જીવીને પોતાની જાતનો વિશ્વાસઘાત કરે છે. ઘણા બધા લોકોએ તેમનાં એક સમયનાં ચૂસ્ત રીતે પકડેલાં સ્વપ્નો તથા જુસ્સાઓમાં માનવાનું છોડી દીધું છે અને આવું એટલા માટે બન્યું છે કે સારા માણસો ભૂલી ગયા છે કે તેઓ મહાન બનવા માટે જનમ્યા હતા. તેઓ તેમની આસપાસ રહેલા લોકોના ડરને તેમની પોતાની અંદર લઈ

આવ્યા છે અને પોતાની જાતને સામાન્ય કક્ષામાં લાવી મૂકી છે.

હું તમને પ્રશ્નો પૂછીશ : જો બધા લોકો તેમનાં કામ તથા જીવનને ચાહીને, તેમની ઉચ્ચતમ ક્ષમતા મુજબનું જીવન જીવે તો આપણી દુનિયા કેવી દેખાશે ? આપણે બંને આ પ્રશ્નનો જવાબ જાણીએ છીએ. આથી એક વ્યક્તિનાં સૈન્યની જેમ આજે જ શરૂ કરી દો. તમારા ભૂતકાળની જંજીરોને ઉતારી નાખો અને વધારે કલ્પનાશીલ, વધારે ઉત્તમ, વધારે સકારાત્મક તથા વધારે પ્રેમાળ બનો. તમે હૃદયથી હંમેશાં જે બનવા ઇચ્છ્યું છે તે વ્યક્તિ બનો. વધુ સારી, હિંમત ભરી તથા મોટી જીંદગી જીવો. મને તેની ખાતરી છે કે તમે તે કરશો.

પ્રેરણાત્મક ઉક્તિઓ

"માણસોને લાગણી વડે શક્તિ મળે છે, ઉદ્દેશ વડે નહીં."

– કેવીન રોબર્ટસ, સાચી એન્ડ સાચીના સીઇઓ

"આદર એ સાદાં વસ્ત્રોમાં અપાતો પ્રેમ છે."

– ફ્રેન્કી બાયરન

"જે જગ્યાએ તમારા સૌથી મોટા ડર રહે છે તે એ સ્થળ પણ છે જ્યાં તમારો સૌથી મોટો વિકાસ પડેલો છે. તમે શા માટે ક્યારેય પણ તેનાથી દૂર ભાગશો ?"

– રોબીન શર્મા

નોંધનીય પ્રશ્નો

૧. તમને જીવને શીખવ્યો હોય તેવો એક માત્ર શ્રેષ્ઠ બોધપાઠ કયો છે ?

૨. જો તમે કોણ છો તે તમે ન જાણતા હોત તો તમે કોણ હોત ?

૩. તમારાં જીવનમાં મહાનતા એટલે શું ?

૪. જો એક ૧૮ વર્ષની યુવતી તમારી પાસે જીવનની સફળતા માટે તમારી સૌથી સરસ સલાહ માંગે, તો તમે તેને શું કહેશો ?

૫. તમારે તમારાં જીવનમાં જે બદલાવ લાવવા જરૂરી છે તેવું તમે જાણતા હતા તે જો તમે ન લાવો તો તમારા જીવનના અંત વખતે તમને કેવું લાગશે ?

જે વ્યક્તિ સૌથી વધુ વિચારે છે તે જીતે છે

પાછલાં વર્ષોમાં, મને આ પૃથ્વી પરના સૌથી સફળ હોય તેવા કેટલાક લોકોના સફળતા માટેના કોચ તરીકે સેવા આપવાનો વિશેષાધિકાર મળ્યો છે. મેં આગળ પડતા સીઇઓ સાથે, અતિ સફળ ઉધોગપતિઓ સાથે, સ્પીડબોટ રેસીંગ સ્પર્ધામાં પાંચ વાર ચેમ્પિયન બનનાર સાથે, અને જેઓ જીવવાની વધુ સારી રીત જાણવા માંગતા હતા તેવા કેટલાક અભિનેતાઓ સાથે કામ કર્યું છે. જેઓ અસાધારણ જીવન જીવે છે તેવી વ્યક્તિઓમાં મેં જોયેલી એક ખાસીયત એ છે કે જેઓ સર્વ શ્રેષ્ઠ છે તેઓ વિચારવા માટે સમય કાઢી લે છે. ઘણા બધા લોકો તેમનાં પોતાનાં જીવનનાં ચક્રમાં ઊંઘતા રહે છે. ઘણા બધા લોકો અકસ્માતે જ તેમનું જીવન જીવી લેતા હોય છે. ઘણા બધા લોકો તેમના જીવનના દિવસોમાં ભાગવામાં એટલા બધા વ્યસ્ત હોય છે કે તેઓ પોતે ક્યાં જઈ રહ્યા છે અને શા માટે ભાગી રહ્યા છે તે જાણતા નથી. હું મારા કોચિંગના ગ્રાહકોને કહું છું તેવી એક શક્તિશાળી ફોર્મ્યુલા : તમારા જીવનનો ત્રીજો ભાગ વિચારવામાં (આયોજનો કરવામાં, મુલ્યાંકન, વિશ્લેષણ કરવામાં તથા જાગૃતિ ઘડવામાં) વિતાવો, તમારા સમયનો ત્રીજો ભાગ કામ કરવામાં (તમારા લક્ષ્ય માટે પગલાં ભરવામાં, તેને વાસ્તવિક

બનાવવામાં) વિતાવો અને ત્રીજા ભાગનો સમય વાતચિત કરવામાં (કોચીંગમાં, સંબંધો ઘડવામાં, તમારી આશાઓ તથા સ્વપ્નોની આસપાસ કલ્પનાઓ કરવામાં) વિતાવો.

સવારે ઉઠો અને વિચારો. તમારાં આયોજનો જોઈ જાવ અને તમારી મર્યાદાઓ ખોળી કાઢો. તમે કેવી રીતે કામ કરો છો અને જીવો છો તેના પર મનન કરો અને વધુ સારું કરવા માટે માર્ગ સુધારવા માટે પ્રતિબધ્ધ થાવ. તમે સંપૂર્ણપણે તથા મહાનતાપૂર્વક જીવ્યા છો તેવું તમને લાગે તે માટે તમારા દિવસ દરમિયાન તમારે શું કરવું જોઈએ તે વિશે વિચારો. યાદ રાખો, તમે જેવા દિવસો ગાળશો, તમારું જીવન તેવું જ બનાવશો. તમારા દિવસો એ ખરેખર મિનિટોમાં જીવાતું તમારું જીવન છે. એ પણ યાદ રાખો : જ્યારે તમે વધુ સારું વિચારો છો ત્યારે તમે વધુ સારું કામ કરો છો.

અંગત તથા વ્યાવસાયિક જીવનની મહાનતા માટે જીવન-પરિવર્તનકર્તા માર્ગદર્શિકા!

'ભાગ્ય તમારી મુઠ્ઠીમાં' વાસ્તવિક દુનિયાની યુક્તીઓ તથા આચરણોથી ભરેલું પુસ્તક છે જે તમને ઝડપથી વિશ્વસ્તરીય ધોરણો પર લઈ જશે.

આ પુસ્તક ૩૬ જીવન પરિવર્તનકર્તા પ્રકરણોનું બનેલું છે. જે દરેક તમારા વ્યવસાય તથા તમારાં જીવનને આગળનાં સ્તર પર લઈ જવામાં મદદરૂપ બનશે.

તમે દરરોજ અદ્‌ભૂત પરિણામો સર્જીને, ટોચના સ્તરે તમારું જીવન જીવવા માટે હક્કદાર છો. હતાશાઓને હંમેશાં માટે પાછળ છોડી દો અને તમે તમારી શ્રેષ્ઠ રીતે કામ કરતા હોવાનો અનુભવ કરો.

'ભાગ્ય તમારી મુઠ્ઠીમાં' તમને શ્રેષ્ઠ બનવા માટે પ્રેરિત કરવામાં, હિંમતભર્યાં સ્વપ્નો પારખવામાં તથા તમને તમારા ભવિષ્યના માલિક બનાવવા માટે તમારી અંદર પડેલ શક્તિ સાથે તમને પુનઃ જોડવામાં મદદ કરશે.

આ શક્તિશાળી પુસ્તક તમારી માર્ગદર્શિકા છે – આજે જ તે વાંચવાનું શરૂ કરો!

રોબિન શર્મા આજની દુનિયામાં સૌથી બહોળા પ્રમાણમાં વંચાતા લેખક છે. તેમના અગિયાર # ૧ આંતરરાષ્ટ્રીય રીતે શ્રેષ્ઠ વેંચાણ ધરાવનાર પુસ્તકોની ૬૦ થી વધુ દેશો અને ૭૦ ભાષાઓમાં લાખો નકલો વેંચાઈ છે. એક અતિશય પ્રભાવક બ્લોગર અને સામાજિક માધ્યમના સેલીબ્રીટી એવા રોબિન એક ખાસ્સા વખણાયેલા વક્તા પણ છે.

www.robinsharma.com

પ્રેરણાનું સતત વહેતું ઝરણું મેળવવા માટે રોબિન શર્માને ફેસબુક પર અનુસરો.

માત્ર ભારત, બાંગ્લાદેશ, ભૂતાન, પાકીસ્તાન, નેપાળ, શ્રીલંકા તથા માલદીવ્સમાં વેંચાણપાત્ર.

Elevate Your Life. Transform Your World.

JAICO BOOKS

www.jaicobooks.com Self-Help

ISBN-13: 978-81-8495-808-9

9788184958089

